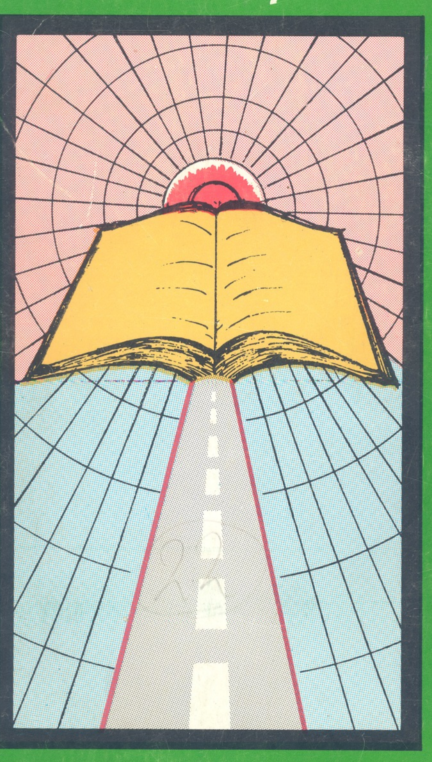
طريق السعادة



الدكتور مقداد يالجن



الدكتور

مقداد يالجن

أستاذ مشارك بكلية العلوم الاجتماعية
جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية

الطبعة الاولى ـ الرياض
١٤٠٧هـ / ١٩٨٧م

بسم الله الرحمن الرحیم

مقدمة

إن هذا الموضوع - موضوع السعادة - من الموضوعات الحيوية والمهمة ولهذا تعرض له الفلاسفة والمفكرون وعلماء النفس والاجتماع والأخلاق قديماً وحديثاً وكل إنسان يكوّن لنفسه تصوراً عن السعادة ويسعى إلى تحقيقها ما دام في هذه الحياة ، وإذا يئس منها فلا يبقى للحياة معنى في نظره ، وتصبح الحياة ظلاماً قاتماً وحملاً ثقيلاً لا يطاق . وهذا قد يكون من عوامل الانتحار لدى بعض الناس أو الشعور بالتعاسة والشقاء لدى بعضهم الآخر إذا وقفوا في حالة اليأس منها في هذه الدنيا أو الآخرة .

ومن جوانب أهمية هذا الموضوع أن كثيراً من الناس يضعون السعادة في شيء أو يتصورونها في أمر ، ثم يسعون للوصول إلى هذا الأمر ثم لا يجدونها فيه ، فيخيب ظنهم ويأسفون على تلك الجهود التي بذلوها من أجله . كالظمآن الذي يحسب السراب ماء فيسعى إليه ثم لا يجده ماء .

ومن جوانب أهميته أيضاً أن كثيراً من الناس ينحرفون أو يضلون في السعي وراء السعادة ، وقد يخطئون أحياناً طريق السعادة ، ثم يشقون على مدى الحياة .

ثم إن البحث عن السعادة يبدو - كما يقال - أمراً فطرياً في الإنسان ، وليس أمراً خاصاً بالمفكرين والفلاسفة ، يختلف فيه الإنسان عن الحيوان حيث إنه لا يكتفي بما هو عليه كالحيوان ، بل يبحث دائماً عمّا هو أفضل وأحسن في الحياة ويعمل لمستقبل أفضل أكثر مما يعمل لتحقيق حاجاته الضرورية والأولية ، وأحياناً يضحي براحته العاجلة من أجل مستقبل أفضل ، بل قد يضحي بحياته كلها من أجل سعادة آخرته .
وربما لهذا الأمر فإن هذا الموضوع - موضوع السعادة - شغلني مدة طويلة منذ أن خطر ببالي كيف أعيش سعيداً ! ثم انتقلت بي الفكرة عن السعادة إلى السعداء ومن هم هؤلاء السعداء فقد اقتربت من كل من ظننتهم سعداء ، فأحياناً ظننت السعداء الأغنياء ذوي الثروة الضخمة والذين يعيشون في قصور وفي ترف ، فلما عاشرتهم وحللت نفوسهم فوجدت أنه إذا كان هناك عامل الثروة يسعدهم فهناك عوامل كثيرة تشقيهم ، وأحياناً أخرى ظننت السعداء أصحاب السلطة والإدارة فاقتربت منهم وعاشرت بعضهم ودرست تاريخ بعضهم فوجدت أنه إذا كان منصبهم يسرهم فإن هناك عوامل أخرى تحزنهم مثل الخوف من فوات السلطة ومن الناس الذين أساؤوا اليهم مثل خوفهم من كيدهم وانتقامهم وما إلى ذلك ، ومن ثم فوجدتهم يعيشون في قلق من حاضرهم ومن مصيرهم ، كما ظننت أحياناً سعداء أولئك الذين يعيشون في إباحية عامة يفعلون ما يحلو لهم دون إعطاء أي اعتبار للقيم الدينية والأخلاقية فظننت أنهم سعداء حسب ما بدا لي من مظهرهم لكن عندما عاشرتهم وحللت نفوسهم فوجدتهم أشقى الناس ، إذ هم في عذاب وجداني مستمر وقلق دائم من شعورهم بالضياع وسوء مصيرهم ، فإذا كانوا يعيشون لحظات اللذة فإنهم يعيشون بعدها في عذاب نفسي وجداني أضعافاً مضاعفة لتلك اللحظات ، وهنا تذكرت قول سير رتشارد لفنجستون وكيل جامعة أكسفورد : «إن الحياة لا معايير خلقية لها هي من بين جميع ألوان الحياة أعظمها حقارة وجدباً وهي

مريرة الوخز في حنايا الضلوع حتى وإن كانت حلوة المذاق للشفاه »[1] .

وأخيراً ظننت أحياناً السعداء أصحاب الشهرة والفن الذين يظهرون في الشاشة والمعارض الفنية وكأنهم أسعد الناس ، فوجدت بعد الاقتراب من بعضهم ، وبعد قراءة تاريخ بعض أعلامهم أنهم أشقى الناس ، من الناحية النفسية والوجدانية وإن كانوا يعيشون في حياة مزخرفة مترفة ناعمة إذ يلازم حياتهم الباطنية القلق والاضطراب والخوف من سوء المصير وألم النفس والضمير ، وهكذا اتجهت إلى كل من ظننت من حيث المبدأ أنهم سعداء لأكون مثلهم إن كانوا سعداء ،فلما خاب ظني في سعادتهم وفي العوامل التي كنت أظن أنها عوامل وأسباب سعادة أو أنها تكفي لإسعاد الإنسان في هذه الحياة، ولما وجدت الأمر عكس تخميني وظني اتجهت إلى البحث عن ماهية السعادة وحقيقتها وما يمكن أن تتحقق في هذه الحياة الدنيا ثم العوامل التي تحققها والعناصر الأساسية التي لا بد من توافرها، كما بحثت عن حقيقة السعادة ، عند العلماء وخاصة علماء النفس والفلاسفة والحكماء ورجال الدين وجمعت الأقوال التي قيلت في هذا الميدان وصنفتها ثم درستها وحللتها وقومتها في ضوء تجربتي في الحياة وبحثي عن السعادة وفي ضوء منطق الحياة الواقعية، فاهتديت أخيراً إلى نتيجة اقتنعت بها وسجلتها في هذا البحث الموجز وهي نتيجة تلك البحوث الطويلة والعريضة .

ولم أرد هنا تدوين أو تسجيل تلك الدراسات والأمثلة المتراكمة لأنني لا أريد أن أطيل على القراء بعرضها ، وإنما أريد تقديم خلاصة تجاربي ودراستي بشكل موجز وواضح يستطيعون هضمه واستيعابه في أقل وقت ممكن ليعرفوا حقيقة السعادة وليروا بوضوح الطريق إليها دون

---

(١) التربية لعالم حائر سير رتشرد لفنجستون . ترجمة وديع الضبع . مكتبة النهضة المصرية (القاهرة ١٩٤٨) ص ١٧ .

أن يكلفهم ذلك أي تكلف أو أي عناء . ثم لكي لا يتعبوا كما تعبت سنين طويلة وراء البحث عن السعادة .

ثم لأنقذ هؤلاء الذين لا يزالون يبحثون عن السعادة في كل الطرق والشعاب ، وهم من أجلها لا يتركون وادياً إلا ويهيمون فيه ولا يتركون اتجاهاً في الحياة إلا ويخوضون فيه ، وفي سبيل ذلك يرتكبون أحياناً أخطاء فاحشة ثم يندمون عليها ويعضون أصابع الندم بما فعلوا ويقولون يا ليتنا لم نتخذ ذلك سبيلاً ويا ليتنا لم نتخذ فلاناً خليلاً .

وليعلم الناس أولاً أنه ليس هناك طرق وسبل للسعادة الحقيقية إلا طريق واحد وسبيل واحد وإن كان هناك طرق وسبل للضياع وللتعاسة والشقاوة ، ولا يكفي معرفة طريق السعادة بل لا بد من السير فيه بانتظام ودقة ، فكلما كان المرء سائراً في هذا الطريق بحكمة ودقة كان أكثر سعادة كماً وكيفاً ، وأحب أن أصرح هنا للقراء عن تجربتي الشخصية إزاء السير في هذا الطريق الذي سأرسمه في هذا البحث بأنني كنت أشعر قبل العثور على طريق السعادة أنني أشقى الناس أو من أشقاهم وأتعسهم، ولما عثرت على هذا الطريق وسرت فيه شعرت في النهاية بأنني أسعد الناس أو من أسعدهم على أقل التقدير .

ولما كان من أكبر أهدافي في الحياة خدمة الناس ومساعدتهم وتوجيههم ليحيوا جميعاً حياة إنسانية مطمئنة سعيدة فإنني وجدت أن أكبر مساعدة يمكن أن أقوم بها نحوهم هو أن أكشف لهم عن طريق السعادة لأنها أغلى شيء في حياة الانسان وأعظم أمل لكل فرد أن يعيش في هذه الحياة حياة سعيدة وكما يقول ابن سينا : « وما من غاية يتجرد لها الإنسان أفضل في ذاتها من السعادة اذا طلبتها على سنن الخيرية على الحقيقة »[1] .

---

(١) رسالة في السعادة ابن سينا. مخطوط بمكتبة الأزهر العامة برقم ٨٣١ ـ (القاهرة) ص ٢ .

وإنني أكون سعيداً أكثر عندما أرى الناس يسلكون طريق السعـادة ويسعدون نتيجة سيرهم في هذا الطريق كما سعدت : لأنني أريد للناس الخير كما أريده لنفسي .

وأخيراً فإنني أرجو من الله وأسأله توفيق كل من يريد أن يسلك هذا الطريق طريق السعادة وأن يسعد وهو سالك طريق السعادة .

والله الموفق .

المؤلف

الفصل الأول

الاتجاهات العامة في السّعادة والطريق إليها

وَيشمَل الموَضوعَات الآتيَة

أولاً : الاتجَاه الرّوحي

ثانياً : الاتجَاه المادّي

ثالثاً : الاتجَاه العقلي

رابعاً : الاتجَاه الإسلامي

لقد اختلف الدارسون في تحديد ماهية السعادة وعناصرها والطريق المؤدي إليها ، وأسباب هذا الاختلاف راجعة أساساً الى الاختلاف في حقيقة طبيعة الإنسان وحاجاته الأساسية العاجلة والآجلة ونوعية الحياة التي تحقق هذه السعادة لهذا الإنسان .

والآن قبل بيان رأي الإسلام في الموضوع أود إعطاء فكرة موجزة عن بعض الاتجاهات المختلفة في السعادة ، وسنقصر القول على الاتجاهات الرئيسية الآتية :

أولاً : الاتجاه الرّوحي

يرى هذا الاتجاه أن الروح حقيقة الإنسان وجوهره ، وأما الجسم فما هو إلّا أداة تستعملها الروح . ولهذا فحقيقة سعادة الإنسان سعادة روحية وهي لا تتم إلا بالاهتمام بها وتحقيق متطلباتها وتطهيرها وتزكيتها من العلائق المادية والنوازع الشريرة ، وبذلك تصبح مالكة الجسم ومسيطرة عليه تسيّره حسب مشيئتها وتتحرر من قيود الجسم وأغلاله ومتطلباته ، ولذا لا ينبغي الاهتمام بالجسم لأن الاهتمام به يقوي النوازع المادية فتتسلط المادة على الروح وتجرها إلى حياة حيوانية لا تلائمها

وفيها شقاؤها ، فإن الروح هي الحقيقة الباقية بعد فناء الجسد ، فالاهتمام بها يعد اهتماماً بالسعادة الحقيقية الدائمة .

تلك هي السمة العامة لهذا الاتجاه ، ولكن لا ينبغي أن ننسى بعض الاختلاف داخل هذا الاتجاه ، فهناك اتجاه روحي صرف يتمثل في الاتجاه الصوفي الذي يرى أن السعادة هي الرضا الروحي والسكينة الروحية ، وتكتمل هذه السعادة بصورة مؤقتة عند الوصول إلى الله ومعرفته معرفة كاملة عن طريق تزكية النفس والتأمل في ملكوت الله ، كما قال الغزالي : «إنّما الوصول إليه ـ أي إلى الله ـ بالتجرد من علائق الدنيا والإكباب بجملة همته على التفكير في الأمور الإلّهية حتى ينكشف له بالإلهام الإلّهي جليها ، وذلك عند تصفية نفسه من هذه الكدورات ، والوصول إلى ذلك هو السعادة»(١) . أو عند المكاشفة كما يقول بعضهم : « من عرف الله صفا له العيش وطابت له الحياة وهابه كل شيء وذهب عنه خوف المخلوقين وأنس بالله تعالى »(٢) .

تلك هي السعادة المؤقتة في الاتجاه الروحي ، أما السعادة الأبدية فتتحقق بعد انتقال الروح من عالم الدنيا إلى عالم الآخرة التي تسعد فيها الأرواح الطاهرة والبريئة .

وهناك اتجاه روحي آخر « يتمثل في فلسفة البراهمة ، وخاصة البوذية التي تطورت من البراهمة على يد واحد من زهادهم اختلف في اسمه فقيل هو « سكياموني » وقيل « سدهارتا جوتاما » ولقب « بالبوذا أي المستنير »(٣) ترى هذه الفلسفة بصفة عامة أن السعادة الكاملة تتم عن

---

(١) ميزان العمل للامام الغزالي ـ مكتبة الصبيح (القاهرة ١٩٦٣ م) ص ٢٣ .

(٢) الرسالة القشيرية للامام القشيري ، مطبعة صبيح (القاهرة ١٩٦٦ م) ص ٢٤٣ .

(٣) في الدين المقارن . الدكتور محمد كمال جعفر . دار الكتب الجامعية ، (القاهرة ١٩٧٠ م) ص ٢٤٨ .

طريق التخلص من هذه الحياة التي هي مصدر الآلام والأحـزان والشقاء والكآبة والتعاسة، والانتقال إلى عالم الاله أو إفنـاء الذات في الله (في رأي من يثبت عقيدة التأله في أصل الـدين البرهمي أو البوذي)[١] . أو الالتحاق بعالم النرفانـا (في رأي من ينكر مثل تلك العقيدة في أصل هذه الديانة)[٢] . والنرفانا عالم موجود مستقل بـذاته لا يـوجد فيـه ما يسمى بالفناء أو بعدم الفناء ، وليس هو هذا العـالم ولا غيره ، هـو نهايـة عالم مرحلة التألم والمعاناة، وهـو عالم لا يـوصف بالتـركيب ولا بالقـدم ولا بالحدوث[٣] ، يسعد من يدخل في نطاقه أو يفنى فيه ، والسبيل إلى ذلك هو محاربة الأهواء والرغبات المادية ، وتـرك اللذائذ والمتـع الدنيـوية ، وتجنب الرذائل والآثام والقبائح مثل الكذب وشهادة الزور والزنى وإراقة الدماء وقتل البقر بصفة خاصة ، ثم التحلي بالفضائل مثل الجود والعفـو والقناعة والاستقامة والطهارة ودراسة الفيدا (كتـابهم المقدس) والصبـر والصـدق وعبـادة الله[٤] . ومعلوم أن الانتقـال من دار الشقـاء إلى دار السعـادة يتم عن طريق التنـاسخ وهـو من أهم مبـادىء هـذه الفلسفـة ، وللتناسخ في هذا المذهب مراتب ، ولكل مرتبة تجربة روحية خاصـة ، وعند انتقال الروح في هذه التجربة من المرتبة الأولى إلى أعلاها تشعـر بالسعادة الجزئية ، وهكذا تزيد سعادتها وتكتمل عندما ترجع إلى مصدرها

---

(١) أ ـ : الأسفار المقدسة ، الدكتور علي عبد الواحد وافي ، مكتبة نهضة مصر (القاهرة ١٩٦٤ م) ص ١٦٣ .

ب ـ الملل والنحل للشهرستاني ، مصطفى البابي الحلبي، (القاهرة ١٩٦٧ م) جـ ٥ ص ١٧٥ .

(٢) في الدين المقارن، مرجع سابق، الدكتور محمد كمال جعفر، ص ٢٥٩ وما بعدها.

(٣) التصـوف طريقة وتجربة ومذهباً : الدكتور محمد كمال جعفر (دار الكتب الجامعية ، القاهرة ط ١) ص ٢٨٩ .

(٤) الاسفـار المقدسة للدكتور علي عبد الواحد وافي ص ١٧٠ ـ ١٨٠ مرجع سابق .

الأول وهو الله[١] أو إلى النرفانا .

ثانياً : الاتجاه المادي

يرى أصحاب هذا الاتجاه أن السعادة هي التي يشعر بها الانسان نتيجة إشباع دوافعه الطبيعية وغرائزه الحسية .

وقد تطور هذا الاتجاه وأخذ صوراً مختلفة على هيئة مذاهب خاصة ، منها مذهب القورينائية اتباع « أرستبوس » تلميذ سقراط ، وقد فسروا السعادة التي نشدها سقراط ، باللذة الحسية واهتموا باللذات العاجلة ، بدلاً من الآجلة . ونشدوا إشباع الدوافع في حينها وأوصوا بعدم تأخيرها لأنه يؤدي إلى الشعور بالحرمان والكآبة ، وهذا شقاء نفسي ، ولهذا تجب المسارعة في طلب اللذات ، ولا حياء ولا خجل في طلب اللذات في أية صورة كانت وبأية طريقة تيسرت .

ومنها مذهب الأبيقورية أتباع أبيقور وقد توسع هؤلاء في مفهوم اللذة فضمنوها اللذات الحسية والعقلية واللذات العاجلة والآجلة المستمرة ، بل آثروا الآخرة على الأولى ، ولا سيما إذا كان يعقبها ألم ومشقة ، ومهما كان من أمر ، فإن الغالب على هذا المذهب هو الطابع الحسي والاهتمام الزائد باللذات الحسية كسابقه .

ومنها مذهب المنفعة التطوري الذي يمثله « هربرت سبنسر » و « لسلي ستيفن » ، ويرى هذا المذهب أن الحياة السعيدة تكون في التوفيق بين مصلحة الفرد ومصلحة المجتمع ، وهي الفضيلة ، وبقدر ما يزيد مقدار هذا التكيف يزيد مقدار لذة الفرد وخاصة اللذة النفسية ، والانسان يسعى إلى هذا التكيف بالطبيعة ، لأنه حاجة بيولوجية ، لا

---

(١) المرجع السابق للدكتور علي عبد الواحد وافي ص ١٦٤ .

لمجرد مصلحة مصطنعة أو عقد اجتماعي كما يدعى البعض ، وهذا التكيف الذي يسعى إليه الإنسان بالطبيعة لم يكتمل بعد ، وسوف يكتمل فيما بعد ، لأن الحياة بطبيعتها متطورة وهي سائرة نحو الحياة الانسانية المثالية(١) .

ثالثاً : الاتجاه العقلي

ويرى هذا الاتجاه أن السعادة هي الشعور الغالب بالسرور الدائم في جميع الظروف وهذا الشعور يأتي نتيجة إخضاع السلوك لحكم العقل واتباع قوانينه والتمسك بالفضائل التي يأمر بها العقل وقد ذهب إلى هذا الاتجاه أرسطو والرواقيون في العصور القديمة ، وديكارت وكانت في العصور الحديثة ، وإذا كان هناك فارق بين هؤلاء فإنما هو في الدرجة لا في النوع .

فالسعادة الحقيقية عند أرسطو تحصل نتيجة الحصول على جميع الخيرات الداخلية والخارجية ، وهي الخيرات التامة ، فهو بذلك يجمع بين الخيرات الخارجية الحسية من المال والنعم الأخرى ، والخيرات الداخلية النفسية من الحكمة والمعرفة والفضيلة ، إلا أنه يفضل الخيرات العقلية والنفسية على الخيرات الخارجية أي أنه يرجّح الخيرات المعنوية على الخيرات المادية ، فيقول مثلاً : « حسب المرء الرزق الكفاف لتكون حياته سعيدة متى اتخذ الفضيلة قائداً لسلوكه »(٢) .

والسعادة عنده درجات : الدرجة الأعلى هي التي تحصل في

---

(١) مذهب المنفعة العامة في فلسفة الأخلاق ، الدكتور توفيق الطويل . مكتبة النهضة المصرية (القاهرة ١٩٥٣) ص ٤١ .

(٢) علم الأخلاق . أرسطو . ترجمة لطفي السيد (القاهرة ١٩٢٤ م) ص ٣٥٨ .

الحياة العقلية لأنها موافقة لأعلى جزء في الإنسان ولهذا فهي حياة قدسية عنده .

والدرجة الثانية هي التي تحصل في الحياة الأخلاقية الفاضلة ، وهذه الحياة حياة إنسانية ، أما الحياة المادية فيسميها باللذائذ ويعتبرها جزءاً من السعادة وليست السعادة ، وليست من الخيرات الأعلى أيضاً[١] .

والسعادة عند الرواقية هي حالة شعورية بالسرور تحصل للإنسان نتيجة اتحاد إرادته مع إرادة الله ونتيجة اتحاد عقله مع عقل الله أو نظامه في الطبيعة وعن طريق المعرفة لهذا وذاك .

ذلك أنهم يعتقدون أن نظام الكون نظام عقلي أو هو العقل الأكبر ـ كما يسمونه ـ وعقل الانسان هو العقل الأصغر ، ووظيفة هذا العقل الأخير أن يعمل وفقاً لذلك النظام العقلي أو الطبيعة . فالحياة وفقاً للطبيعة هي الحياة الأخلاقية الفاضلة وهي التي تؤدي إلى السعادة الحقيقية[٢] .

واتجاه الرواقية يشبه اتجاه أرسطو من جهة واتجاه المتصوفين من جهة أخرى أما من الجهة الأولى فانهم قد دعوا إلى الخضوع للعقل واختلفوا مع أرسطو عندما دعوا إلى استئصال الشهوات من جذورها ، بينما كان أرسطو لا يدعو إلى هذا بل كان يدعو إلى اخضاعها لمنطق العقل . ومن الجهة الثانية فإنهم كانوا يدعون كالمتصوفين إلى محاربة الشهوات والابتعاد ما أمكن عن الحياة المادية المحسوسة[٣] .

---

(١) المرجع السابق جـ ٢ ص ٣٥٨ .

(٢) المشكلة الأخلاقية . الدكتور زكريا إبراهيم ، مكتبة مصر (القاهرة ١٩٦٩ م) ص ١٤٧ .

(٣) الفلسفة الخلقية للدكتور توفيق الطويل ، دار النهضة العربية (القاهرة ١٩٣٧ م) ص ٨٧ .

وقد ذهب الفارابي إلى قريب من هذا الاتجاه ، إذ عرف السعادة بأنها اتحاد عقل الإنسان مع العقل الفعّال[١] . ويكون ذلك عن طريق التحلي بالفضائل الأخلاقية والابتعاد عن الشرور والرذائل الأخلاقية[٢] .

وأما السعادة عند ديكارت فهي الحالة الروحية أو الشعور النفسي بالارتياح الناتج عن خضوع الإرادة لحكم العقل ، أو خضوع السلوك لحكم العقل أو نتيجة الحياة الفاضلة التي لا تخضع إلا للحكمة[٣] .

والسعادة عند كانط هي الخير الكامل الذي يأتي نتيجة التمسك بالفضيلة ، والسعادة ليست هدفاً خارجاً عن الفضيلة ، وليست الفضيلة علة للسعادة أيضاً وإنما هما مقترنان[٤] .

رابعاً : الاتجاه الإسلامي

ويرى هذا الاتجاه أن السعادة تتحقق للإنسان إذا جمع بين ثلاثة أنواع من الحياة وهي الحياة الروحية والحياة المادية والحياة العقلية في ضوء العقيدة والقيم التي جاء بها الاسلام وسوف يتضح هذا الاتجاه عند المعالجة التفصيلية لهذا الموضوع .

والآن لو أردنا أن نلخص كل الاتجاهات في السعادة دون الدخول في كثرة من التفصيلات ، يمكن إجمالها في اتجاهات عامة وهامة وهي الآتية :

---

(١) آراء أهل المدينة الفاضلة . الفارابي ، مطبعة صبيح وأولاده (القاهرة) ص ٧٨ .

(٢) المرجع السابق ص ٦١ .

(٣) الرسائل في الأخلاق . ديكارت ، ترجمه الى اللغة التركية محمد قرصان ، مطبعة وزارة التربية والتعليم (اسطنبول) .

(٤) الفلسفة الخلقية . مرجع سابق ص ٤١٠

الاتجاه الأول :

اتجاه الروحيين من الفلاسفة والصوفية الذين يرون أنّ السعادة الحقيقية في الحياة الروحية أساساً ، وكلما تقدم الانسان في هذه الحياة الروحية الباطنية ازداد سعادة .

الاتجاه الثاني :

اتجاه الماديين الطبيعيين الذين يرون أن السعادة الأساسية في الحياة المادية ، ويرون أنه كلما استغرق الانسان في الحياة المادية وحقق فيها جميع حاجاته الطبيعية المادية ازداد سعادة .

الاتجاه الثالث :

اتجاه العقليين : الذين يرون أن السعادة الحقيقية في الحياة العقلية العلمية ، وكلما تقدم الإنسان في الحياة العقلية من الحكمة والمعارف وسعة الادراك للحقائق ازداد سعادة .

الاتجاه الرابع :

وهو الاتجاه الاسلامي : ويرى أن السعادة تتحقق اذا جمع الانسان بين ثلاثة أنواع من الحياة ، أولها وهي الحياة الروحية ثم المادية والعقلية ، اذا تمت في ضوء العقيدة والقيم الاسلامية.

الفصل الثاني

ماهية السعادة وشروط تحقيقها

ويشمل الموضوعات الآتية

أ : ماهية السعادة وحقيقتها

ب : شروط تحقيق السعادة

أولاً : تحقيق الإحساس الدائم بخيرية الذات

ثانياً : تحقيق الإحساس الدائم بخيرية الحياة

ثالثاً : تحقيق الإحساس الدائم بخيرية المصير

أ : ماهية السعادة وحقيقتها

أما حقيقة السعادة كما استخلصتها من دراستي الخاصة لهذه الاتجاهات لدى الفلاسفة والحكماء بصفة عامة وللإسلام بصفة خاصة ثم بالإضافة إلى هذا وذاك تجربتي الخاصة في ضوء دراستي طبيعة الانسان وعلم النفس ، **فهي أن السعادة ذلك الشعور المستمر بالغبطة والطمأنينة والأريحية والبهجة وهذا الشعور السعيد يأتي نتيجة للإحساس الدائم بخيرية الذات وخيرية الحياة وخيرية المصير .**

وهذه السعادة لا تتحقق إلا بشروط نذكرها هنا بالتفصيل .

ب : شروط تحقيق السعادة

أولاً : تحقيق الإحساس الدائم بخيرية الذات .

ولتحقيق ذلك لا بد من تحقيق الأمور الأربعة الآتية :

الأمر الأول : أن تكون نيات الانسان وغايته خيرة في حياته كلها، لأن من ينوي سوءاً أو أراد شراً فلا يمكن أن يأتيه إحساس بأنه إنسان خير

بل إن نياته هذه تجعله يوحي بأنه إنسان شرير والإحساس بذلك يعكر صفو نفسه ويزيد همها ثم يضيق به صدره ويرتاب خوفاً من أن ينكشف شيء من سريرته السيئة قال تعالى : ﴿ وارتابت قلوبهم فهم في ريبهم يترددون ﴾[١] ثم يزيد الله مرض قلوبهم مرضاً ﴿في قلوبهم مرض فزادهم الله مرضاً ﴾[٢] ﴿ وأما الذين في قلوبهم مرض فزادتهم رجساً الى رجسهم ﴾[٣] ﴿ فترى الذين في قلوبهم مرض يسارعون فيهم يقولون نخشى أن تصيبنا دائرة فعسى الله أن يأتي بالفتح أو أمر من عنده فيصبحوا على ما أسروا في أنفسهم نادمين ﴾[٤] .

ويقول هنا بعض الأطباء « ولكي نكفل لذواتنا جهازاً عصبياً صحيحاً وجسماً معافى سليماً يجب أن نروض عقولنا على الأفكار الصالحة والبريئة من الآثام لأن الأفكار الشريرة الدنسة تضعف العقل وتفسده وتجره إلى الجنون »[٥] .

الأمر الثاني : الكف عن جميع الشرور : ذلك أنه إذا كان مجرد إرادة الشريكون له ذلك التأثير فإن فعل الشر أدهى وأمر ولاسيما إذا بينا آراء العلماء في كيفية تأثير إثم ارتكاب الشرور على نفس المجرم . فقال أفلاطون مثلاً : «يكون الرجل الرديء تعساً لأنه يعمل الشر»[٦] ويقول الدكتور عادل العوا عن عذاب الوجدان «أما عذاب الوجدان فإنه يبدو أول

---

(١) سورة التوبة ٤٥ .

(٢) سورة البقرة ١٠ .

(٣) سورة التوبة ١٢٥ .

(٤) سورة المائدة ٥٢ .

(٥) المرشد الطبي الحديث بحث قام به مجموعة من العلماء المكتبة الحديثة ـ بيروت ومكتبة النهضة ـ (بغداد بدون تاريخ) ص ٤٤ .

(٦) محاورة جورجياس لافلاطون ، ترجمة محمد حسن ظاظا . الهيئة المصرية العامة للتأليف والترجمة والنشر (القاهرة ١٩٧١) ص ١٢٦ .

ما يبدو وكأنه أخرس طفيف يمسك الحياة بتلابيب صاحبه فيكاد لا يعرب عنه بلغة الجوارح ولكن هذا الألم المعنوي الاخلاقي ألم عميق بالواقع وهو يستولي على النفس كلها بصورة تدريجية ويتصف بعدئذ بأنه لا يزول ولا يهدأ ولا يمحى أبداً لأن عملاً من الأعمال الخارجية لا يقدر على التأثير في هذا الألم تأثيراً مباشراً ولذا فإنه يشبه لظى جحيم لا يبرد من تلقاء ذاته وعلى مر الأيام والسنين ، وربما يصحبه انحطاط عضوي يشتد ويقوى حتى يفسد الجسم ويتلف أعضاءه وينذر بأمراض خطيرة قد تؤدي إلى الموت »[١] .

ولهذا قال الرسول صلى الله عليه وسلم : « البر لا يبلى والذنب لا ينسى والديان لا يموت فكن كما شئت فكما تدين تدان »[٢] وقال أيضاً : « من ساء خلقه عذب نفسه ومن كثر همه سقم بدنه »[٣] وقال : « من سعادة المرء حسن الخلق ومن شقاوته سوء الخلق»[٤] . وقال علماء النفس إن المجرمين في عذاب دائم وإن نجوا من العقاب القانوني أو بتعبير آخر كما عبر الدكتور عادل العوا « أما عذاب الوجدان أو وخز الضمير وتأنيبه فهو الذكرى التي تعض قلب المجرم ولا تفارقه ليل نهار»[٥] ، وقد ذكرت كثيراً من هذه النصوص في هذا البحث وستأتي فيما بعد .

---

(١) الوجدان ، الدكتور عادل العوا ، مطبعة جامعة دمشق ١٩٦٢ ص ٢٧٨ .

(٢) كشف الخفاء ومزيل الالباس عما اشتهر من الأحاديث على ألسنة الناس . الشيخ اسماعيل بن محمد العجلوني . مكتبة التراث الاسلامي ، حلب - دار التراث ، القاهرة بدون تاريخ جـ ١ ، ص ٣٣٦ رقم الحديث ٦٠٢ .

(٣) منتخب كنز العمال في هامش مسند الامام أحمد بن حنبل . علاء الدين علي المتقي ابن حسام الدين الهندي . المطبعة الميمنية (القاهرة ١٣١٣) ط ١ ، جـ ١ ، ص ١٣٢ .

(٤) المرجع السابق ، جـ ١ ، ص ١٣٢ .

(٥) الوجدان ، مرجع سابق ، للدكتور عادل العوا . ص ٥٧ .

الأمر الثالث : فعل الخيرات بالنيات الخيرة . إذ الشعور بخيرية الذات لا يأتي الإنسان إلا إذا فعل الخير بإرادة خيرة ويسعى لتلك الخيرات في كل مكان وفي كل الظروف ما استطاع إلى ذلك سبيلاً ، عندئذ يكون له ثلاثة روافد تزوده الشعور بالخير . فالأول الشعور الذاتي والثاني تقدير الناس له إذ يجازونه بالخير بالمعاملة الحسنة لإحسانه إلى الناس، الثالث: إن الله ييسر أمره ويجعله يعيش حياة طيبة ﴿ من عمل صالحاً من ذكر أو انثى وهو مؤمن فلنحيينه حياة طيبة ﴾[1] ﴿ للذين أحسنوا الحسنى وزيادة ﴾[2] ﴿ وأما من آمن وعمل صالحاً فله جزاء الحسنى وسنقول له من أمرنا يسراً ثم أتبع سبباً ﴾[3]. ﴿فأما من أعطى واتقى وصدق بالحسنى فسنيسره لليسرى * وأما من بخل واستغنى وكذب بالحسنى فسنيسره للعسرى ﴾[4] .

الأمر الرابع : أن تكون أعمال المرء متفقة مع ما يعتقده أو ألا تعارض معتقده وتناقضه على أقل تقدير ؛ ذلك أنه إذا تعارضت حياة الإنسان العملية مع معتقداته يحصل عنده صراع نفسي لإحساسه بالذنب بسبب أنه لا يسير وفقاً لما يعتقده ، ولهذا ينصح الحكماء وعلماء النفس بالتنسيق بين أفعاله وأهدافه وبين قيمه ومعتقداته[5] فيقول أفلاطون مثلاً : « إن النفس تجد طمأنينة تامة وقوة أيما قوة عندما تتفق إحساساتها وأعمالها فتغتبط بأنه ليس لها أن تعود باللائمة على نفسها في فكرة أو عمل ظالم في حق الله أو في حق الناس»[6] ولهذا قال تعالى : ﴿ من

---

(١) سورة النحل ٩٧ .

(٢) سورة يونس ٢٦ .

(٣) سورة الكهف ٨٨ ـ ٨٩ .

(٤) سورة الليل ٥ ـ ١٠ .

(٥) الصحة النفسية دكتور مصطفى فهمي . مكتبة الخانجي (القاهرة)ص ٩٥، ٣٠٣، ٣٠٩.

(٦) علم الأخلاق لأرسطو ، ص ٣٥ سبق ذكره .

آمن بالله واليوم الآخر وعمل صالحاً فلا خوف عليهم ولا هم يحزنون ﴾[١] ﴿ الذين آمنوا ولم يلبسوا إيمانهم بظلم أولئك لهم الأمن وهم مهتدون ﴾[٢] . وأخيراً يقرر تلك الحقائق السابقة العالم النفسي الشهير فرويد قائلاً : « إن الإحساس بالذنب يسبق أغلب الأمراض النفسية المعروفة فهو السبب الدقيق للخجل وضعف الثقة بالنفس وازدراء النفس والشك والتوجس وتجسيم التوافه والشعور بحقارة النفس والنقص والانتباه والمخاوف بأنواعها »[٣] .

ثانياً : تحقيق الإحساس بخيرية الحياة .

ولتحقيق ذلك لا بد من تحقيق أمرين أساسيين :

الأمر الأول : تحقيق الإحساس بخيرية الذات وذلك بالأمور التي سبق ذكرها لأنه إذا لم يشعر المرء بخيرية ذاته فلا يستطيع أن يكون الإحساس بخيرية الحياة . **الأمر الثاني** : تحقيق الصحة الكاملة وأعني بذلك الصحة العقلية والنفسية والروحية والعضوية . أما الصحة العقلية فتتحقق بالوقاية من الأسباب الضارة بالعقل أو التي تؤدي إلى أمراض عقلية وهذه الأسباب بصفة عامة تنقسم إلى أسباب بيولوجية وأخرى سيكولوجية (نفسية) فالأولى كثيرة منها تجنب **المسكرات والمخدرات** وقد بين المؤتمر الدولي المنعقد في بلجيكا عام ١٩٢٨ مدى ضرر ذلك على عقول « **المدمنين وذرياتهم وما ينتج عنها من الأمراض الأخرى**[٤]

---

(١) سورة المائدة ٦٩ .

(٢) سورة الانعام ٨٢ .

(٣) سيكولوجية الشذوذ النفسي عند الجنسين . سيجمند فرويد . ترجمة فؤاد ناصر . دار منشورات أحمد ومحيو (بيروت ط ٤) ص ٢٠٩ .

(٤) انظر آثار الخمور في الحياة الاجتماعية ، دكتور أحمد غلوش . جامعة الدول العربية (القاهرة ١٩٥٧) ص ١٩ .

ولذلك حرم الإسلام هذه المسكرات.ومنها تجنب بعض الأمراض مثل الزهري الذي يؤدي إلى الجنون إذا انتقلت جراثيمه إلى خلايا المخ. هذا المرض الخبيث ترجع الإصابة به إلى ٩٨٪ بسبب انتشار الفاحشة في المجتمع كما أن له أعراضاً أخرى مثل الشلل ويؤدي إلى تشويه الجنين اذا حملت الأم المصابة به[١] لذا قال تعالى : ﴿ ولا تقربوا الزنى انه كان فاحشة وساء سبيلا ﴾[٢] .

ومنها أيضاً سوء التغذية سواء أكان بعد تناول الأغذية اللازمة أم تناول الأغذية الضارة[٣] ولذلك قد أباح الإسلام تناول ما يحتاج اليه الإنسان من الطعام وحرم ما يضر منها ﴿يحل لهم الطيبات ويحرم عليهم الخبائث ﴾[٤] ﴿ وكلوا واشربوا ولا تسرفوا إنه لا يحب المسرفين﴾[٥] .

أما الأسباب النفسية الروحية التي تؤدي إلى الأمراض العقلية فهي كثيرة أيضاً.منها الاختلال في التوازن العاطفي ويرجع ذلك الدكتور ألكسيس كارل إلى عدم تبني المرء نظاماً اعتقادياً أخلاقياً سليماً أو لعدم وجود مثل هذا النظام في الحياة الاجتماعية[٦] .

ومنها تزعزع العقيدة ، أو فقدان الإيمان بالمبادىء الروحية

---

(١) أ ـ حياتنا الجنسية . دكتور فردريك كوهن، ترجمة دكتور بالزلي ـ (بيروت) بدون تاريخ ص ٢٥٣ .
ب ـ المرشد الطبي الحديث ص ٣٤٨ سبق ذكره .

(٢) سورة الاسراء ٣٢ .

(٣) أسس الصحة والحياة . دكتور عبد الرزاق الشهرستاني ، مطبعة الآداب (النجف ١٩٧١) ص ٣٠٢ .

(٤) سورة الاعراف ١٥٧ .

(٥) سورة الأعراف ٣١ .

(٦) تأملات في سلوك الانسان . دكتورالكسيس كارل ترجمة د . محمد القصاص مكتبة مصر (القاهرة) بدون تاريخ ص ١٣ .

الثابتة[١] ولذا صور الله هذه الحالة في قوله تعالى : ﴿ من يشرك بالله فكأنما خر من السماء فتخطفه الطير أو تهوي به الريح في مكان سحيق﴾[٢] ويؤيد ذلك الفيلسوف الألماني ليبنتز قائلاً: « ولإزالة القلق النفسي والروحي أن يؤمن (المرء) بالله عن طريق العقل وأن يملأ نفسه بسرور عقلي لأن القلق ناتج عن الشك والشك وسيلة لتفتيت القلب »[٣] كذلك يؤيده وليم جيمس بقوله : « إن الإيمان بالله هو الذي يجعل للحياة قيمة وهو الذي يمكننا من أن نستخرج من الحياة كل ما فيها من لذة وسعادة »[٤].

ومنها كذلك وجود تناقضات في حياة المرء الفردية والاجتماعية مثل التناقض بين مسلكه وبين عقيدته أو عدم استطاعة المرء اختيار اتجاه معين بين الاتجاهات المتضاربة في المجتمع ، ولهذا ينصح علماء النفس بتوحيد ذات الشخص وتقويتها وانسجام عناصرها وتوحيد وجهتها لتكوين شخصيات قوية متماسكة[٥] ويؤيد ذلك ليبنتز بقوله : « يتركب أسعد الناس من مجموعة متناسقة من أوجه النشاط العقلي والخلقي»[٦] ويقول الدكتور ألكسيس كارل مؤيداً كل ما قلناه في هذا الصدد « إن الأحوال التي تساعد على تزايد الضعف العقلي والجنون الدوري تظهر على الأخص في البيئات الاجتماعية التي تكون فيها الحياة قلقة مضطربة وغير

---

(١) أسس الصحة والحياة ص ٣١١ مرجع سابق .

(٢) سورة الحج آية ٣١ .

(٣) الآثار الفلسفية لليبنتز بالفرنسية . جـ ١ ص ١٤٨ مطبوع في فرنسا ١٩٠٠ م
Qeuvres Philosophiques de Leibniz, Par Paul Janet (Paris 1900)

(٤) لمحات في وسائل التربية الإسلامية وغايتها . دكتور محمد أمين المصري . دار الفكر بدون تاريخ ص ١١٣ .

(٥) علم النفس أسسه وتطبيقاته التربوية الدكتور عبد العزيز القوصي . مكتبة النهضة المصرية (القاهرة ١٩٧٠) ص ٢٩٨ ـ ٣٠٠ .

(٦) آثار ليبنتز الفلسفية جـ ١ ص ١٤٨ باللغة الفرنسية سبق ذكره .

منظمة والغذاء يكون فقيراً أكثر مما ينبغي ، والزهري منتشراً والجهاز العصبي مترنحاً ، حياة اختفت فيها الرياضة الخلقية وسادت الأثرة وعدم الشعور بالمسؤولية والتشتت ، ولم يعد للاختيار الطبيعي مكان فيها »[١] ومما لا يشك فيه دارسو الإسلام أنه لو طبقت المبادىء الإسلامية في الحياة لما وجد مكان لهذه الحالات المرضية في الحياة الاجتماعية .

* * *

وأما فيما يتعلق بالصحة النفسية الروحية فيمكن تحقيقها بتجنب الأسباب التي تؤدي إلى شقاء النفس وأمراضها وهذه الأسباب يمكن تقسيمها إلى ست تقسيمات نوعية :. الأولى أسباب أخلاقية والثانية عقلية والثالثة روحية والرابعة اجتماعية والخامسة عضوية والسادسة نفسية .

أما الأسباب الأخلاقية والعقلية التي تؤدي إلى الاختلال بالصحة النفسية فقد سبق ذكرها .

وأما الأسباب الروحية فيرجع بعضها إلى المشكلات كما يرجع بعضها الآخر إلى اختلال الحياة الروحية ذاتها ، لأن الحياة الروحية ضرورية للانسان كضرورة الحياة المادية لأنها حاجة الروح كما أن الأغذية حاجة الجسم ، وكما تختل الحياة المادية إذا لم يتناول الإنسان حاجته من تلك الأغذية ؛ ولهذا يرجع بعض العلماء انتشار القلق وفقدان الطمأنينة والصراع النفسي المنتشر في بعض البلاد إلى تغافل الناس المتحضرين الماديين عن هذه الحياة الروحية[٢] ، فيقول سير رتشرد لفنجستون مثلاً في هذا الصدد «وهذا العنصر الروحي هو بالذات ما نميل إلى إهماله

(١) الانسان ذلك المجهول . الدكتور الكسيس كارل . ترجمة انطوان العبيدي . دار الكاتب المصري (القاهرة) بدون تاريخ ص ٢١٥ .
(٢) تأملات في سلوك الانسان ص ٧٩ مرجع سابق .

ومع ذلك فليس ثمة شيء نحن في حاجة إليه اليوم أشد من حاجتنا إليه»[١] ويرجع الدكتور الكسيس كارل كثيراً من أسباب الانحطاط الخلقي إلى اختلال الحياة الروحية أو تجاهلها من حياة الإنسان فيقول : « ولم يكتشفوا بعد أن هناك إلى جانب التفكير المنطقي ضرورة أخرى من النشاط الروحي الضرورية حتى يكون السلوك في الحياة سلوكاً عقلياً وقد ردت الحياة على هذا الجهل بجواب بطيء صامت بدت مظاهره جلية في الزحف التدريجي للتبح والقذارة والفظاظة والسكر وشهوة الترف وحب السلامة ، والحسد والنميمة والبغض المتبادل والنفاق والكذب والخيانة ، هكذا أجابت الحياة بطريقة آلية على رفض الخضوع لقانون الارتقاء الروحي فقضت على نفسها بالانحطاط والانحلال»[٢] .

ولهذا فقد جعل الإسلام الحياة الروحية عنصراً هاماً في الحياة الإسلامية ومن يعِشها لا يصاب بما يصاب به أولئك الذين يهملونها وصدق الله العظيم إذ قال : ﴿بلى من أسلم وجهه لله وهو محسن فله أجره عند ربه ولا خوف عليهم ولا هم يحزنون ﴾[٣] ﴿ إن الذين قالوا ربنا الله ثم استقاموا فلا خوف عليهم ولا هم يحزنون ﴾[٤] .

أما الأسباب الاجتماعية التي تؤدي إلى الحالات النفسية المرضية فهي كثيرة أيضاً منها تضارب الاتجاهات وتناقضها وسرعة تغيرها[٥] . ومنها أيضاً انتشار الانحطاط الخلقي الذي يؤدي إلى التعدي على أموال

---

(١) التربية لعالم حائر ص ٦٢ مرجع سابق .

(٢) تأملات في سلوك الانسان ص ٧٨ مرجع سابق .

(٣) سورة البقرة ١١٢ .

(٤) سورة الأحقاف ١٣ .

(٥) أصول علم النفس. دكتور أحمد عزت راجح. المكتب المصري. (الإسكندرية ط ٧ ، ١٩٧٣) ص ٥٠٢.

الناس وأعراضهم وأنفسهم وتفشي الخدعة والخيانة والغدر والعداوة، الأمر الذي أدى إلى انعدام أهم مقومات الصحة النفسية وهي الشعور بالأمن والأمان ؛ ولهذا يرجع علماء النفس كثرة انتشار الأمراض النفسية في الحضارة إلى تلك الأسباب أيضاً .

ويقول بعضهم بعد ذكر تلك الأسباب : « فلا عجب إذن إن اقترنت هذه الحضارة باعتلال الصحة النفسية واختلال الصحة الخلقية وذيوع الاضطرابات السيكوسوماتية والجريمة والانتحار والمخدرات والطلاق وغير ذلك من المشكلات الاجتماعية . هذا إلى ما تزخر به من أفراد فقدوا سعادتهم واتزانهم النفسي وغشيهم اليأس والقنوط والتوجس والسخط وعدم الرضى بشيء. من هنا بدت الحاجة ماسة إلى تحقيق إنسانية الإنسان ووقايته من شر هذه الحضارة التي لم تزوده بأساس ثابت للطمأنينة والاستقرار ، بل حفلت بالعوامل التي تعطل النمو وتخنق الشخصية»[١] .

أما الإسلام فقد جاء بمبادىء اجتماعية ثابتة تكون اتجاهاً واحداً في المجتمع وتكفل لأفراده كل الأمن والسلام والحماية والاستقرار والطمأنينة والحياة التي كلها حب ومودة وإخاء ، وإذا طبقت تلك المبادىء في المجتمع يصبح هذا المجتمع خير مجتمع أخرج إلى المجتمعات ﴿ولتكن منكم أمة يدعون إلى الخير ويأمرون بالمعروف وينهون عن المنكر وأولئك هم المفلحون﴾[٢] ﴿ كنتم خير أمة أخرجت للناس تأمرون بالمعروف وتنهون عن المنكر وتؤمنون بالله ﴾[٣] ذلك أن الإسلام أمر

---

(١) أصول علم النفس ص ٥٠٣ مرجع سابق .
(٢) سورة آل عمران ١٠٤ .
(٣) سورة آل عمران ١١٠ .

بكل سلوك حسن نافع ونهى عن كل سلوك سيىء ضار .

وأما الأسباب العضوية فمن المقرر في ميدان علم النفس أن العلل العضوية تؤثر على الحالات النفسية كما أن الصحة العضوية الكاملة يكون لها تأثير في ضروب النشاط النفسي ثم في الصحة النفسية عموماً ، فقد بيّنت الدكتورة اليزابيث سيفرن بعض تلاك العلاقات بين الصحة العضوية والنفسية قائلةً : «إن هناك علاقة بين مرض القلب والاضطرابات الوجدانية ، وبين مرض الطحال ومرض الكسل والخمول ، وبين اضطرابات المعدة والكآبة وضيق الصدر والضمير ، وبين مرض الكلية أو عجز الأمعاء عن القيام بوظيفتها والتراخي أو التباطىء في السلوك وعقم التفكير وضيق أفقه ، وبين مرض الكبد وسوء الظن وضيق الصدر والخشونة في معاملة الناس ، وبين وجع الركب والتردد ، وبين وجع الساق أو القدم وعدم القدرة على الابتكار ، وبين الروماتيزم والعناء والتراخي في تحديد الغرض من العمل والسعي نحوه »[1] وهذه الأنشطة النفسية لها علاقة بالأنشطة الأخلاقية أيضاً . وسيأتي بيان كيف أن الإسلام جاء بمبادىء تكفل أهم مبادىء الصحة العضوية أو الجسمية .

أما الأسباب النفسية فأهمها الشعور بالخوف والشعور بالضعف أو العجز وأخيراً الشعور بالتشاؤم ، أما الشعور بالخوف فقد يكون نتيجة الانحطاط الخلقي في المجتمع لأن الفرد لا يأمن على نفسه ولا على ماله ولا على عرضه ؛ لأنه إذا كان مجرماً أو في نية المجرم فإنه يخاف عندئذ باستمرار من أن ينكشف جرمه أو نيته المجرمة ، وقد يكون خوفه من الله من أن ينزل به النكبة نتيجة جرمه وعصيانه ؛ لأن المجرم ـ كما يقول

---

(١) العلاج النفسي . حامد عبد القادر . دار احياء الكتب العربية . (القاهرة بدون تاريخ) ص ١٣٧ ـ ١٣٨ .

الفيلسوف الفرنسي هنري برجسون ،« وإن ظفر بإخفاء جرمه عن الناس فلا يستطيع أن يخفيه عن نفسه»[١] . إذ إن كل هذه الأسباب ترجع أساساً إلى الأسباب الأخلاقية أو إلى الانحراف الأخلاقي ـ كما بينا ـ .

وأخيراً فقد يرجع الخوف إلى سوء التربية ، وذلك إذا تمت تربيته بالتخويفات الوهمية ، مثل التخويف بأشياء ليست مخيفة في ذاتها أو ليس لها وجود أصلاً مثل الغول والهامة وما إلى ذلك من الأمور التي قد تؤدي في النهاية إلى أمراض نفسية مخاوفية عصابية التي تكلم عنها علماء النفس[٢] ولهذا نفى الرسول صلى الله عليه وسلم مثل تلك الأمور الوهمية فقال : « لا طيرة ولا هامة ولا غول ولا صفر»[٣] .

أما الشعور بالضعف أو العجز عن القيام بأعمال يمكن أن يقوم بها غيره أو حل مشكلة تواجهه ، فهو مرض من الأمراض النفسية يسميه بعض علماء النفس بالحراض[٤] وهذا المرض يؤدي إلى الاضطرابات النفسية كما يؤدي إلى الانهيار أمام الشدائد والمشكلات ، ومن ثم يفقد الشخص إحساسه بالسعادة ، وهذا بدوره قد يؤدي إلى العدوان أو إلى الانغماس في حياة السكر والرذائل ، أو إلى المرض الهستيري أو الوسواس ، كما

---

(١) منبعا الأخلاق والدين ، هنري برجسون . ترجمة سامي الدروبي ، مكتبة نهضة مصر (القاهرة ١٩٤٥ م) ص ٢٧ .

(٢) الأمراض النفسية العصابية ، د . عزيز فريد ، الشركة العربية للطباعة والنشر (القاهرة بدون تاريخ) ص ٣٢٥ وما بعدها .

ب ـ الصحة النفسية : مصطفى فهمي ص ٢٥٢ مرجع سابق .

(٣) فتح الباري بشرح البخاري : شهاب الدين العسقلاني ، مطبعة مصطفى البابي الحلبي (القاهرة ١٩٥٩) ط ١٢ ص ٣٢٦ .

ب ـ صحيح مسلم : الامام مسلم بن الحجاج ، تحقيق محمد فؤاد عبد الباقي ، دار إحياء الكتب العربية ، القاهرة بدون تاريخ جـ ٤ ، ص ١٧٤٢ .

(٤) .الأمراض النفسية العصابية ـ مرجع سابق للدكتور عزيز فريد ص ٣٣٧ .

يعبر عنها علماء النفس(١) .

ولهذا فقد جاء الإسلام بمبادىء اذا ربي الإنسان على أساسها فإنه ينجو من مثل تلك الأمراض ، منها ما جاء في الحديث من الأمر بالقوة والنهي عن العجز ، فقال الرسول صلى الله عليه وسلم : « المؤمن القوي خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف وفي كل خير ، احرص على ما ينفعك واستعن بالله ولا تعجز »(٢) . ومنها مبدأ الصبر في البأساء والضراء ، فقال تعالى : ﴿ والصابرين في البأساء والضراء وحين البأس أولئك الذين صدقوا وأولئك هم المتقون ﴾(٣) .

وشبه الرسول صلى الله عليه وسلم المؤمن بالنبتة الطرية ، فكما أن هذه النبتة تنحني إذا جاءتها الرياح ولا تنكسر وتستقيم إذا ذهبت ، فكذلك المؤمن في المشكلات . وشبه الفاجر بشجرة الأرز التي لا يوجد فيها استعداد للتحمل ، ومن ثم تنكسر مرة واحدة أمام المشكلات فقال : « مثل المؤمن كالخامة من الزرع من حيث أتتها الريح كفأتها فإذا اعتدلت تكفأ بالبلاء ، والفاجر كالأرزة لا تزال حتى يكون انجعافها مرة واحدة»(٤). وفي رواية أخرى: «مثل المؤمن كمثل الزرع لا تزال الريح تميله ولا يزال المؤمن يصيبه البلاء ، ومثل المنافق (وفي رواية) مثل الكافر كمثل شجرة الأرز لا تهتز حتى تستحصد »(٥). بل الإسلام عدّ الضعفاء من الظالمين ، فقال تعالى : ﴿ إن الذين توفّاهم الملائكة

---

(١) أصول علم النفس ـ مرجع سابق ص ٤٧٠ وما بعدها .

(٢) صحيح مسلم ـ مرجع سابق جـ ٤ ص ٢٠٥٢ .

(٣) سورة البقرة ١٧٧ .

(٤) أ ـ هداية الباري الى ترتيب أحاديث البخاري . عبد الرحيم عنبر الطهطاوي ، مطبعة السعادة القاهرة ١٣٢٩ هـ جـ ٢ ص ١٢٧ .
ب ـ فتح الباري بشرح البخاري جـ ١٢ ص ٢١٠ مرجع سابق .

(٥) صحيح مسلم جـ ٤ ص٢١٦٣ مرجع سابق .

ظالمي أنفسهم قالوا فيم كنتم قالوا كنا مستضعفين في الأرض قالوا ألم تكن أرض الله واسعة فتهاجروا فيها فأولئك مأواهم جهنم وساءت مصيرا [١] .

أمّا التشاؤم فإنه أكثر ضرراً على الحياة النفسية من الخوف والشعور بالضعف ، بل لا يمكن أن يشعر الإنسان بأية بهجة في هذه الحياة إذا كان معتنقاً الاتجاه التشاؤمي المعروف لدى بعض رجال الفكر مثل شوبنهور الذي كان يرى أن الحياة وهم أليم ، والتشاؤم صيغة الوجود وجوهر الحياة[٢] . وكان يرى أن الألم يستغرق كل شيء ، وأن الإرادة الكونية عمياء ولا خلاص إلا بالتغلب على هذه الإرادة[٣] .

ويتكلم علماء النفس كثيراً عن أضرار التشاؤم ، فيقول مثلاً الدكتور عزيز فريد :

« إنه يتحمل بفعل اتجاهه التشاؤمي هذا متاعب هي أشد وقعاً على نفسه وأعصابه من وقع الكوارث أو الملمات أو المآسي التي يتوقع حدوثها . . . . ويستهلكه اتجاهه التشاؤمي من الطاقات عبئاً لأنه لا يستطيع أن يتحكم في اتجاهه الخاطىء بأعمال قوة الإرادة ، ذلك لأن بواعث التشاؤم هي أبعد وأعمق من أن تنالها الإرادة الواعية »[٤] .

أمّا موقف الإسلام من التشاؤم فإنه موقف مضاد لأنه يدعو إلى التفاؤل بدل التشاؤم ، فقد جاء في سنن ابن ماجة أن رسول الله صلى

---

(١) سورة النساء ٩٧ .

(٢) المذاهب الأخلاقية ، د . عادل العوا جـ ٢ ص ٤٧٧ مرجع سابق .

(٣) الموسوعة الفلسفية المختصرة ، ترجمت باشراف الدكتور زكي نجيب محمود ، دار القلم بيروت بدون تاريخ ص ٢٧٤ .

(٤) الأمراض النفسية العصابية ص ٣٤٨ مرجع سابق .

الله عليه وسلم « كان يعجبه الفأل الحسن ويكره الطيرة »[١] . وكان يدعو إلى التبشير ويقول : « بشـروا ولا تنفروا »[٢] . وبيّن أن الشؤم من سـوء الأخلاق، فقال : « سوء الخلق شؤم »[٣] .

ونفى أصل التشاؤم الذي كان يتشاءم به أو يتطير به العرب في زمانه مثل التطير، وقال: «لا طيرة وخيرها الفأل»[٤] قالوا: وما الفأل يا رسول الله؟ قال : «الكلمة الصـالحـة وفي روايـة الكلمـة الحسنـة يسمعهـا أحدكم »[٥] وفي رواية أخرى الكلمة الـطيبة[٦] ، ويمكن أن تكـون هذه الـروايات تعبيـرات مختلفة عن الـرسول صلى الله عليـه وسلم نفسه لا لاختلاف الروايات ولما كان من عوامل التشاؤم سوء الظن ، دعا الرسول صلى الله عليه وسلم إلى حسن الظن بالناس فقـال : « من أساء الـظن بأخيه فقد أساء بربه إن الله تعالى يقول : ﴿ اجتنبـوا كثيراً من الـظن إن بعض الظن اثم ﴾[٧] وقال أيضاً : ﴿ إذا ظننتم فلا تحققـوا وإذا حسدتم فلا تبغوا وإذا تطيرتم فامضوا وعلى الله فتوكلوا وإذا وزنتم فأرجحوا ﴾[٨]

---

(١) سنن ابن ماجه . أبو عبد الله بن يزيد القزويني . تحقيق محمد فؤاد عبد الباقي ، دار إحياء الكتب العربية (القاهرة ١٩٥٢ م) جـ ٢ ص ١١٧٠ .

(٢) التـاج الجامع للأصول في أحاديث الـرسول : منصـور علي ناصف ، مـطبعة عيسى البابي الحلبي (القاهرة ١٩٦١ م) جـ ١ ص ٧١ كتاب العلم .

(٣) مـنتخب كنز العمال في هامش مسند الإمام أحمد بن حنبل ، جـ ١ ، ص ١٣٠ مرجع سابق .

(٤) قـال الإمام النووي : الطيرة لا تكون إلا في الشؤم ، وقد تستعمل مجازاً في السرور ، ولذلك جاء في الحديث : وخيرها الفأل . أنظر فتح الباري بشرح البخاري جـ ١٢ ص ٣٢٥ مرجع سابق .

(٥) فتح الباري بشرح البخاري ، جـ ١٢ ، ص ٣٢٤ مرجع سابق .

(٦) صحيح مسلم . جـ ٤ ص ١٧٤٦ مرجع سابق .

(٧) منتخب كنز العمال ـ جـ ٧ ص ٢٨٠ مرجع سابق .

(٨) المرجع السابق جـ ١ ص ٢٨٠ .

وقال : ﴿ إياكم والظن فإن الظن أكذب الحديث ولا تحسسوا ولا تجسسوا . . . الخ ﴾[١] كذلك دعا إلى حسن الظن بالله لأن من يسوء الظن بالله يعيش في رعب مستمر . فقال في حديث قدسي راوياً عن ربه: «قال الله تعالى : ﴿أنا عند ظن عبدي بي إن خيراً فخير وإن شراً فشر ﴾[٢] وقال أيضاً حسن الظن من حسن العبادة »[٣] .

ولتحقيق التفاؤل والشعور بالبهجة وجه الإسلام نظر الإنسان إلى ما في الكون من بديع الصنع وما في المخلوقات من جمال المنظر والصور ؛ لأن ذلك يحقق حاجة من حاجات النفس الإنسانية ألا وهي إشباع عاطفة الجمال ؛ إذ إن بعض علماء النفس يضع هذه الحاجة في الدرجة السابعة من الحاجات الأساسية للطبيعة الانسانية[٤] والدليل على وجود هذه الحاجة أننا نبتهج بالجمال كما ندفع ثمناً زائداً عند شراء المصنوعات إذا كان فيها جمال وبديع الصنع ونرجح الجميل على غير الجميل ، لذا نجد كثيراً من الآيات وجهت نظرنا إلى جمال المخلوقات المحيطة بنا ، ففيما يتعلق بخلق النباتات قال تعالى : ﴿ وأنزل لكم من السماء ماء فأنبتنا به حدائق ذات بهجة﴾[٥] ﴿ وهو الذي أنشأ جنات معروشات وغير معروشات ﴾[٦] وفيما يتعلق بخلق الحيوانات قال تعالى

---

(١) صحيح مسلم جـ ١ ص ١٩٨٥ ، كتاب البر والأخلاق ، باب تحريم الظن ، مرجع سابق .

(٢) الجامع الصغير - الامام السيوطي . الناشر عبد الحميد أحمد حنفي (القاهرة بدون تاريخ) جـ ١ ص ٧٧ .

(٣) التاج الجامع للأصول في أحاديث الرسول جـ ٥ ص ٧٢ مرجع سابق .

(٤) الانسان معجزةالخلق. د. جاك فرج جودة، مكتبة الأنجلو المصرية القاهرة ١٩٧٢م ص ٩٣ .

(٥) سورة النمل ٦٠ .

(٦) سورة الأنعام ١٤١ .

مثلاً : ﴿ والأنعام خلقها لكم فيها دفء ومنافع ومنها تأكلون * ولكم فيها جمال حين تريحون وحين تسرحون . . . والخيل والبغال والحمير لتركبوها وزينة ﴾[١] وما أبهى زينة تلك الطيور المزينة بريشها ، وأخيراً نجد مثالاً لذلك الجمال في السماء قال تعالى : ﴿ إنا زينا السماء الدنيا بزينة الكواكب ﴾[٢] ﴿ أفلم ينظروا إلى السماء فوقهم كيف بنيناها وزيناها ﴾[٣] .

إذن الأمر ليس كما يقول شوبنهور بأن هناك إرادة كونية عمياء بل هناك إرادة الخالق العليم البصير المبدع .

ثم إن الله دعا عباده أيضاً إلى التزين ؛ لأن الله أخرج هذه الزينة لعباده فقال تعالى : ﴿ يا بني آدم خذوا زينتكم عند كل مسجد ﴾[٤] وقال : ﴿ قل من حرم زينة الله التي أخرج لعباده والطيبات من الرزق ﴾[٥] ؛ لأن الله جميل يحب الجمال[٦] كما قال الرسول صلى الله عليه وسلم ، ولهذا أبدع ما صنع وما خلق . يقول هنا ليبنيتز الفيلسوف الألماني : « وما من مرة نرى فيها أحد مصنوعات الله إلا وجدناه غاية في الكمال ويجب أن نبدي إعجابنا بجماله ودقة صنعه »[٧] .

ولهذا طلب سبحانه ألا يصدر من الإنسان كذلك إلا ما هو جميل ، إنه كما طلب منه التزين طلب منه كذلك النظافة والطهارة لأنه لا جمال بدونهما فقال الرسول صلى الله عليه وسلم : « إن الله نظيف يحب

(١) سورة النحل ٨ .
(٢) سورة الصافات ٦ .
(٣) سورة ق ، ٦ .
(٤) سورة الأعراف ٣١ .
(٥) سورة الأعراف ٣٢ .
(٦) الجامع الصغير جـ ١ ص ٦٩ مرجع سابق .
(٧) محيي الدين بن عربي وليبنتز . د . محمود قاسم . مكتبة القاهرة الحديثة ، القاهرة ١٩٧٢ م ، ص ١٢٦ .

النظافة »[١] وقال أيضاً : « الطهور شطر الإيمان »[٢] كما طلب التطيب والتعطر[٣] لكي لا يشم إنسان من الآخرين إلا طيباً وخاصة في أيام الاجتماع والجماعة . ودعا إلى أن تكون حركات الانسان جميلة أيضاً ولهذا أمر باستقبال الناس بطلاقة الوجه وابتسامة فقال الرسول ﷺ : «لا تحقرن من المعروف شيئاً ولو أن تلقى أخاك بوجه طلق »[٤] . وقال أيضاً : « وتبسمك في وجه أخيك صدقة »[٥] وكان الرسول صلى الله عليه وسلم إذا وجد أحد أصحابه ثائر شعر الرأس نصحه باصلاحه [٦] حتى في الجلوس كان الرسول صلى الله عليه وسلم ينصح بالجلوس الجميل[٧] . كذلك في المشي « ولا تمشِ في الأرض مرحاً إنك لن تخرق الأرض ولن تبلغ الجبال طولاً ﴾[٨] وفي الكلام كذلك: ﴿واقصد في مشيك وأغضض من صوتك إن أنكر الأصوات لصوت الحمير ﴾ [٩] وفي المناقشة والمجادلة : ﴿ ولا تجادلوا أهل الكتاب إلا بالتي هي

---

(١) التاج الجامع للأصول في أحاديث الرسول جـ ٣ ص ١٦٢ مرجع سابق .
(٢) صحيح مسلم كتاب الطهارة جـ ٣ ص ١٠٠ مرجع سابق .
(٣) المرجع السابق كتاب الجمعة جـ ٢ ص ٥٨١ .
(٤)) المرجع السابق جـ ٤ ص ٢٢٦ .
(٥)) تحفة الأحوذي بشرح الجامع الترمذي . أبو علي محمد بن عبد الرحمن المباكفوري تحقيق عبد الوهاب عبد اللطيف ـ المكتبة السلفية ـ المدينة المنورة ١٩٦٧ م جـ ٦ ، ص ٨٩ .
(٦) أ ـ سنن النسائي . أبو عبد الرحمن بن شعيب النسائي ، مطبعة مصطفى البابي الحلبي القاهرة ١٩٦٤ م ج ٨ ص ١٤ ـ ١٧ .
ب ـ المستدرك على الصحيحين ، الحاكم النيسابوري ، مكتبة النصر الحديثة ، (الرياض ١٩٦٨ م) جـ ٤ ص ١٨٦ .
(٧) التاج الجامع للأصول في أحاديث الرسول جـ ١ ص ٢٢٦ مرجع سابق .
(٨) سورة الاسراء ٣٧ .
(٩) سورة لقمان ١٩ .

أحسن ﴾[١] ، ﴿ وقل لعبادي يقولوا التي هي أحسن ﴾[٢] وفي التحية : ﴿ وإذا حييتم بتحية فحيوا بأحسن منها ﴾[٣] حتى في دفع الاعتداء فقال تعالى : ﴿ ادفع بالتي هي أحسن ﴾[٤] .

ثم إن إشباع عاطفة الجمال ليس ضرورياً للصحة النفسية فحسب ، بل إنه ضروري أيضاً للشعور بالسعادة ثم إنه ضروري لتهذيب الخلق ، وهنا ينصح به التربويون أيضاً فإن سير رتشارد لفنجستون يرى مثلاً أن تذوق الجمال ورؤية الجمال في الكون طريق للتخلق[٥] كما دعا إلى ذلك جون روسكين حيث يرى « أن الأخلاق دين الجمال ، والإنسان الذي يتأمل الجمال في الطبيعة وفي الفن إنما يتحد بالتعاطف مع الجمال الذي صنعه الله والجمال الذي صنعه الفنان . وهذا الاتحاد يسبغ على نفس الإنسان حلة من السمو الخلقي فيشعر المرء باتقاد نبيل وسمو رفيع ويعيش في سعادة مطلقة سعادة الجمال »[٦] ويقول أيضاً : « إن تعليم الذوق هولامجالة تهذيب للطبع » [٧] كما يقول : « إن التخلق هو وحده الجميل حقاً »[٨] .

* * *

لكن مع إعطاء كل هذه الأهمية للحياة الباطنية النفسية ليشعر الإنسان بخيرية الحياة والسعادة فيها ، فلا يكمل ذلك الشعور إلا إذا توفر

---

(١) سورة العنكبوت ٤٦ .
(٢) سورة الاسراء ٥٣ .
(٣) سورة النساء ٨٦ .
(٤) سورة المؤمنون ٩٦ .
(٥) التربية لعالم حائر ص ٦٩ مرجع سابق .
(٦) المذاهب الأخلاقية ، جـ ٢ ص ٥١٧ مرجع سابق .
(٧) المرجع السابق جـ ٢ ص ٥١٧ .
(٨) المرجع السابق جـ ٢ ص ٥١٧ .

للمرء الصحة البدنية أو الجسمية أيضاً .

وأما فيما يتعلق بتحقيق الصحة العضوية ، فأهم المبادىء التي يجب مراعاتها لتحقيق هذه الصحة هي المبادىء الآتية :

١ ـ تحقيق الصحة النفسية لأن الأمراض النفسية لها تأثير في الأعراض البدنية وهذا مايقرره الأطباء أيضاً[١] وكما سبق في حديث الرسول ﷺ من ساء خلقه عذب نفسه ومن كثر همه سقم بدنه[٢] إذن أول شرط لتحقيق الصحة العضوية تجنب الأسباب النفسية المرضية التي ذكرناها سابقاً .

٢ ـ الوقاية من أسباب الأمراض بصفة عامة وهذا يقتضي الابتعاد عن المرضى المصابين بالأمراض المعدية وتجنب الأماكن الموبوءة وأخيراً تجنب القذارة ؛ لأن أكثر الأمراض تأتي أو تتولد عن القذارة ؛ ولهذا ينصح الأطباء بالنظافة كما ينصح بذلك الإسلام ، فقال الرسول صلى الله عليه وسلم : « ان الله نظيف يحب النظافة . . . فنظفوا أفنيتكم »[٣] وكان ينصح بتغطية المطعم[٤] والمشرب كما أمر بالابتعاد عن الأماكن الموبوءة والناس المصابين بالأمراض المعدية فقال : « وفر من المجذوم فرارك من الأسد »[٥] وقال : « إذا سمعتم بالطاعون بأرض فلا تدخلوها »[٦] وقال : « لا يورد ممرض على مصح »[٧] . وينبغي أن نشير هنا إلى حديث آخر « لا عدوى ولا

---

(١) أسس الصحة والحياة ص ٢٩٩ مرجع سابق .
(٢) منتخب كنز العمال في هامش مسند الامام أحمد ، جـ ١ ص ١٣٢ مرجع سابق .
(٣) التاج ، كتاب اللباس جـ ٣ ص ١٦٣ مرجع سابق .
(٤) فتح الباري بشرح البخاري جـ ١٢ ص ١٩١ مرجع سابق .
(٥) المرجع السابق جـ ١٢ ص ١٩٥ .
(٦) المرجع السابق جـ ١٢ ص ٢٨٩ .
(٧) صحيح مسلم جـ ٤ ص ١٧٤٣ ، مرجع سابق .

طيرة »[1] فإن هذا الحديث مخصص بغيره وهذا صادق لأنه ليس كل الأمراض معدية وكذلك أكله مع المجذوم[2] فانه يريد بذلك أن لا يلغي إرادة الله وقدرته لكن هذا شيء خاص به فالعبرة باتخاذ الأسباب أساساً .

٣ - تحقيق الحاجات الأساسية من المأكل والمشرب ، لأن كثيراً من الأمراض تنتج نتيجة نقص الأغذية[3] والإسلام أيضاً نصح بتناول ما يحتاجون إليه من الأطعمة الطيبة فقال تعالى : ﴿ يا أيها الذين آمنوا كلوا من طيبات ما رزقناكم واشكروا الله ﴾[4] .

٤ - عدم الإسراف في المأكل والمشرب ، لأنه كما أن هناك أمراضاً يصاب بها الإنسان نتيجة نقص الأغذية فإن هناك أمراضاً أيضاً يصاب بها الإنسان نتيجة تناول الأغذية أكثر من حاجة الجسم مثل الجلطة الدموية وتصلب الشرايين والتخمة والسكتة القلبية وارتفاع ضغط الدم وما إلى ذلك[5] ولهذا قال تعالى : ﴿ كلوا واشربوا ولا تسرفوا انه لا يحب المسرفين ﴾[6] .

٥ - الاعتدال في الأعمال ، لأن الإفراط في العمل يؤدي الى الإرهاق

---

(١) المرجع السابق جـ ١٢ ص ٢٦٤ .
(٢) المرجع السابق ، أنظر شرح الحديث ، جـ ١٢ ص ٢٦٥ .
(٣) أ - عش مرحاً تعمر طويلا . جيلورد هوزر ، ترجمة محمد فتحي ، مكتبة الخانجي القاهرة ص ٤٠ .
ب - الصحة المدرسية والتربية الصحية : د . مصطفى فهمي وغيره ، وزارة التربية القاهرة ١٩٦٣ م ص ١٦٦ .
(٤) سورة البقرة ١٧٢ .
(٥) أ - تأملات في سلوك الانسان ص ١١٧ مرجع سابق .
ب - المرشد الطبي الحديث ص ٢٢١ مرجع سابق .
(٦) سورة الأعراف ٣١ .

والإرهاق ينتج عنه أمراض جسيمية وعصبية ونفسية وعقلية [١] ولهذا قال الرسول صلى الله عليه وسلم : « إن المنبت لا أرضاً قطع ولا ظهرا أبقى »[٢] وقال الرسول صلى الله عليه وسلم : « أيها الناس عليكم بالقصد عليكم بالقصد »[٣] ، ولهذا أيضاً منع مواصلة الصوم فقال : « إياكم والوصال »[٤] وكما أن كثرة العمل أو الإرهاق ضار بالصحة فإن قلة العمل أو عدمه إطلاقاً ضار أيضاً لأن بذل المجهود شرط ضروري أيضاً للصحة كما يقول الدكتور ألكسيس كارل[٥] ؛ ولهذا أيضاً قال الرسول صلى الله عليه وسلم : « أخشى ما خشيت على أمتي كبر البطن ومدوام النوم والكسل[٦] وغير ذلك من النصوص . ولهذا قيل أن الكسل مقبرة للمواهب .

* * *

ثالثاً : تحقيق الإحساس بخيرية المصير :

وهذا الشرط ضروري ومهم أيضاً لتحقيق السعادة النفسية والروحية ذلك لأن من ينتظر عاقبة سيئة أو شقاء مؤبداً أو فناء لا عودة بعده لمصيره النهائي فلا يمكن أن يعيش سعيداً ؛ إذ إن رأيه في مصيره النهائي يؤثر في نفسه وفي حياته تأثيراً سيئاً وهذه الفكرة تتردد على ذهنه وتلازمه باستمرار ليلاً ونهاراً . لكن لا يمكن تحقيق الشعور الدائم بخيرية المصير في نفس الأمر إلا بتحقيق خيرية الذات وخيرية الحياة أولاً ؛ لأن من لم يشعر

---

(١) أسس الصحة والحياة ص ٢٥٧ مرجع سابق .
(٢) كشف الخفاء جـ ١ ص ٣٠٠ مرجع سابق .
(٣) منتخب كنز العمال في هامش مسند الامام أحمد جـ ١ ص ١٣٨ مرجع سابق .
(٤) هداية الباري الى ترتيب أحاديث البخاري جـ ١ ص ١٨٥ مرجع سابق .
(٥) تأملات في سلوك الانسان ص ٤١ ، مرجع سابق .
(٦) منتخب كنز العمال في هامش مسند الامام أحمد جـ ١ ص ٢٢٦ مرجع سابق .

بخيرية ذاته أولاً ثم بخيرية أعماله أو بتعبير آخر إذا لم يكن خيراً في حياته العملية فلا يمكن أن ينتظر الخير والسعادة لا في مصيره القريب ولا في مصيره البعيد أيضاً ، ولا بد مع هذا وذاك أن يكون مؤمناً بأن هذه الحياة لا تنتهي بالموت وإنما هي مقدمة لحياة أبدية يسعد فيها من كان خيراً في هذه الحياة ؛ لذا فقد ربط الإسلام مصير الإنسان الخير بالسعادة الأبدية في الآخرة ؛ لأن السعادة أمل الإنسان دائماً في النهاية إن عاجلاً أو آجلاً وهذا الأمل هو الذي يبعث في نفسه الطمأنينة والرضى وهذا ما يقرره أيضاً العالم النفسي فرويد فيما يتعلق بالسعادة النفسية[1] وربما يكون أكثر شعوراً بالسعادة اذا علم المرء حقيقة تلك السعادة التي لا تعب فيها ولا يخالطها غصة ولا هم ولا حزن ، وبما فيها من الحور العين والنعم التي لم ترها أعين ولم تسمعها آذان ولا خطرت على قلب بشر ﴿ مثل الجنة التي وعد المتقون فيها أنهار من ماء غير آسن وأنهار من لبن لم يتغير طعمه وأنهار من خمر لذة للشاربين وأنهار من عسل مصفى ولهم فيها من كل الثمرات ومغفرة من ربهم ﴾[2] ﴿ فيهن قاصرات الطرف لم يطمثهن إنس قبلهم ولا جان . . . كأنهن الياقوت والمرجان ﴾[3] اذن فكيف لا ينعم بها الداخلون ويسعدون فيها ﴿ وجوه يومئذ ناعمة لسعيها راضية في جنة عالية لا تسمع فيها لاغية فيها عين جارية ، فيها سرر مرفوعة وأكواب موضوعة ونمارق مصفوفة وزرابي مبثوثة ﴾[4] وخاصة إذا أخذنا في الاعتبار أيضاً أنها أبدية ولا سأم فيها ولا ملل . فقال الرسول صلى الله عليه وسلم : « ينادي مناد في أهل الجنة أن لكم أن تصحوا فلا تسقموا أبداً وأن لكم أن تحيوا فلا تموتوا أبداً وأن لكم أن تشبوا فلا تهرموا أبداً وأن

---

(١) سيكولوجية الشذوذ النفسي ص ٢٨١ ، مرجع سابق .

(٢) سورة محمد ١٥ .

(٣) سورة الرحمن ٥٦ ، ٥٨ .

(٤) سورة الغاشية ٨ ـ ١٦ .

لكم أن تنعموا فلا تيأسوا أبداً »[١] . إذن تلك هي السعادة الحقيقية المطلقة ﴿ وأما الذين سعدوا ففي الجنة خالدين فيها ﴾[٢] يقول ابن سينا هنا : « وما من معروف أشد في نفسه من الهداية إلى السعادة التي هي البقاء السرمدي في الغبطة الخالدة في جوار من له الخلق والأمر تبارك وتعالى . . . وما من غاية يتجرد لها الإنسان أفضل في ذاتها . . السعادة إذا طلبتها على سنن الخيرية على الحقيقة »[٣] .

---

(١) التاج جـ ٥ ، ص ٤٢٤ مرجع سابق .

(٢) سورة هود ١٠٨ .

(٣) رسالة في السعادة ص ٢ . ابن سينا . مخطوط بمكتبة الأزهر برقم ٨٣١ مرجع سابق .

الفصل الثالث

المعالم العامة على طريق السعادة

ويشمل الموضوعات الآتية

أولاً : امتلاك قوة الإرادة أو الشخصية

ثانياً : تكوين حياة اجتماعية سعيدة

ثالثاً : تكوين حياة متكاملة ومتوازنة

رابعاً : تنظيم الحياة في ضوء القيم الثابتة

خامساً : الاهتمام بالحياة الروحية بمعناها الواسع والشامل

نحاول هنا ذكر أهم المعالم على طريق السعادة وتلك المعالم هي الآتية :

أولاً : امتلاك قوة الإرادة أو الشخصية

يجب أن يكوِّن الإنسان قوة الإرادة ليستطيع السير في طريق السعادة في هذه الحياة ولكي لا يحيد عنه إذا جذبته الأهواء والمعاشرون له أو أي عامل آخر من العوامل المعوقة وتكوين الإرادة القوية متوقف على معرفة الأساليب التربوية في تنمية الإرادة وتقويتها وهنا أوصي بقراءة الكتب التربوية في هذا الميدان كما أنني عالجت هذه النقطة بشيء من التفصيل في كتاب آخر(١) .

إن كثيراً من الناس تعسوا في الحياة لا لضعف بصيرتهم وحكمتهم وإنما لضعف إرادتهم في تنفيذ مخططاتهم ، وفي مواجهة المشكلات التي تواجههم في هذه الحياة .

---

(١) جوانب التربية الإسلامية الأساسية ، الفصل السابع . مؤسسة دار الريحاني ـ بيروت ١٤٠٦ .

ثانياً : تكوين حياة اجتماعية سعيدة

تكوين حياة اجتماعية سعيدة ، ابتداء من الأسرة والصداقة العامة ثم في ميدان العمل ؛ ذلك أن الانسان اذا لم ينجح في بناء بيت سعيد أو أسرة سعيدة من الصعب أن يعيش في سعادة مستمرة ما دام يمضي معظم حياته في البيت . ويتوقف بناء بيت سعيد على أمرين أساسيين الأول: الاختيار الموفق لشريك الحياة ومعرفة المعاشرة الناجحة معه. والأمر الثاني : معرفة طرق التربية سواء كان ذلك الطرق الخاصة بتربية الانسان ذاته أو غيره لأن الإنسان بحاجة إلى التربية المستمرة ما دام في هذه الحياة، وإذا لم يستطع الإنسان أن يربي نفسه لا يستطيع أن يربي غيره أيضاً ولأن فاقد الشيء لا يعطيه ، وإذا لم يستطع تربية أولاده فإنه لا يستطيع تكوين أسرة سعيدة بل إن إخفاق أولاده في الحياة وانحرافهم عن الجادة وسوء مسلكهم يعذبه.وكلما يرى منهم سوء سيرة سواء كان ذلك تجاه نفسه أو لغيره يتألم ويتأسف ويعيش في ألم وأسف وقد عالجت في بحث آخر كيف يبني الانسان بيتاً سعيداً(١) .

وفيما يتعلق بتكوين الأصدقاء فإنه يجب أن يختار لصداقته الأخيار ليرى الخير . لأن الخيِّر لا يصدر عنه إلا الخير . والشرير لا يصدر عنه إلا الشر . والصداقة الخيرة مصدر السعادة للإنسان والصداقة الشريرة مصدر التعاسة والشقاوة ؛ ولهذا شبه الرسول صلى الله عليه وسلم معاشرة الصالح بمعاشرة بائع المسك ومعاشرة الطالح بنافخ الكير الذي لا بد أن يأتي من مجالسته الضرر إما الرائحة الكريهة أو احتراق الثياب فقال : « مثل جليس الصالح والسوء كحامل المسك ونافخ الكير فحامل

---

(١) بناء البيت السعيد في ضوء الإسلام . دار المريخ بالرياض ١٤٠٧ هـ .

المسك إما أن يحذيك وإما أن تبتاع منه وإما أن تجد منه ريحاً طيبة. ونافخ الكير إما أن يحرق ثيابك وإما أن تجد منه ريحاً خبيثة »[١] .

وأما فيما يتعلق بميدان العمل يجب أن يتصرف الإنسان بحكمة فلا يجعل ممن حوله أعداء له فيعيش بين أعداء ومن ثم يعيش في خوف وضيق مستمر ما دام في العمل ، بل يجب أن يجعل منهم رفقاء المهنة يتعاونون معاً بالمودة والإخاء والاحترام المتبادل وهذا يتوقف على المساعدة المخلصة للغير وعلى الفضيلة في المعاملة ثم روح التسامح : فلا ينبغي أن يقابل معاملة الآخرين له بالمثل إن صدر منهم أي تقصير في حقه أو إساءة إليه فقال تعالى : ﴿ ادفع بالتي هي أحسن فإذا الذي بينك وبينه عداوة كأنه ولي حميم ﴾[٢] .

ثالثاً : تكوين حياة متكاملة ومتوازنة

تكتمل فيها الحياة الروحية والعقلية والمادية

ثم يكون بين هذه الجوانب من الحياة توازن واعتدال لا يطغى جانب منها على جانب آخر ولا يأخذ كل جانب أكثر مما يجب، وإلّا كان هناك صراع في الحياة الداخلية بين تلك الجوانب، وما دام هناك صراع سواء أكان ذلك الصراع في الحياة الخارجية أم في الحياة الباطنية فلا توجد سعادة ، ذلك أن الإنسان يجب أن يحيا حياة متكاملة بحيث يحقق فيها كل حاجاته الأساسية باعتدال ونظام ، إن وجود الحقائق الروحية والعقلية والجسمية والعاطفية في الانسان يتطلب إشباع حاجاتها ، أو أن تحيا حياة خاصة بها فأي جانب منها إذا حرم من حاجاته الضرورية ، أو إذا أخذ

(١) هداية الباري إلى ترتيب أحاديث البخاري ، جـ ٢ ، ص ١٢٧ مرجع سابق .
(٢) سورة فصلت ٣٤ .

أكثر من حاجته يؤثر ذلك في توتر الحياة الخاصة به وبغيره أيضاً ،ولهذا ورد في سنة الرسول صلى الله عليه وسلم : « إن لربك عليك حقاً وإن لنفسك عليك حقاً ولأهلك عليك حقاً فأعط كل ذي حق حقه »[١] .

ويذكرنا ذلك أيضاً بقول الفيلسوف اليوناني أفلاطون عندما قال : « إن العدالة لا تتناول مظاهر أداء الانسان لعمله الخاص فحسب وإنما تتناول البواطن التي تخص الرجل نفسه ومصالحه الخارجية بحيث لا يسمح الرجل العادل لعناصره المتعددة أن تعمل عملاً غير عملها ولا للطبائع المميزة في نفسه أن يتدخل بعضها في بعض »[٢] .

إذن فإنه كلما كان هناك معرفة دقيقة لطبيعة الإنسان والحقائق المكمونة منها وحاجاتها أيضاً وكان هناك تحقيق لحاجاتها بصورة دقيقة متعادلة ومتوازنة كان ذلك أكثر تحقيقاً للسعادة في الحياة الإنسانية .

وهذا يقتضي معرفة الإنسان لطبيعة نفسه وأن يمتلك القدرة على توجيه ذاته بناء على تلك المعرفة ليستطيع أن يتحكم فيها في سيره في طريق السعادة بانتظام مستمر حتى يستطيع أن يصل إلى السعادة الممكنة في هذه الحياة ثم لتدوم سعادته بعد ذلك .

رابعاً : تنظيم الحياة في ضوء القيم الثابتة

هنا يجب أن يكون تنظيم الإنسان لحياته الخاصة والعامة في ضوء النظام الأخلاقي الفاضل الشريف ، ذلك أنه من المستحيل أن يسعد الإنسان المنحرف أو سيىء الأخلاق ، كما أنه من المستحيل أن يسعد

(١) فتح الباري بشرح البخاري ، جـ ٥ ، ص ١١٤ مرجع سابق .

(٢) جمهورية أفلاطون . افلاطون ، ترجمة نظلة الحكيم . دار المعارف ط ١ ، القاهرة بدون تاريخ ص ٨١.

السعادة الحقيقية المتكاملة من لم يتحل بالفضائل أو من لم يتخلق على النحو الذي بينته في الفصل الثاني . ويجب أن نتذكر هنا قول الرسول صلى الله عليه وسلم دائماً وهو : « من سعادة المرء حسن الخلق ومن شقاوته سوء الخلق»[١] وأن نتذكر قوله أيضاً : « من ساء خلقه عذب نفسه ومن كثر همه سقم بدنه »[٢] . ذلك أن الحياة الأخلاقية ممارسة عادات وتقاليد جاءت من عادات الناس وتقاليدهم كما يزعم بعض الناس وإنما هي حياة لها أساس في الطبيعة البشرية وأن مخالفة الحياة مخالفة أساساً لقانون طبيعي ولحاجة أساسية في هذه الطبيعة . ولقد قرر ذلك كبار الفلاسفة والعلماء ويعبرون عنه أحياناً بالضمير أو الوجدان فيقول الفيلسوف الفرنسي جان جاك روسو مثلاً : « إن في قرارة النفوس مبدأ فطرياً للعدل والفضيلة نقيس إليه أفعالنا وأفعال سوانا من الناس ونحكم عليها بالخير أو السوء وهذا المبدأ هو الذي أسميه الضمير»[٣] . ويقرر الفيلسوف الألماني كانط بأن الله لما خلق الإنسان خلق في نفسه محكمة تحاكمه على سلوكه السيىء وتجازيه كما أن الحاكم لا يجازي بنفسه وإنما يسند أمر العقاب الى الآخرين وكذلك فإن الله لا يعاقب بنفسه وإنما أسند المعاقبة إلى محكمة الضمير بنفسها يقرر ذلك بقوله : ﴿ان الله الذي أقام الميزان وبث العدل في العالم وهيأ لنا محكمة عليا يحاكمنا فيها لم يشأ أن يتركنا في الأرض بلا محكمة فجعل لكل نفس حاكماً من داخلها فالرذائل التي يعذب بها الإنسان في هذه الحياة بنفس هذه المحكمة الإلهية ﴾[٤] . ثم يقول : ﴿ إن ذلك القانون الكامن في نفوسنا

(١) منتخب كنز العمال في هامش مسند الامام أحمد جـ ١ ص ١٣٢ . مرجع سابق .

(٢) ـ المرجع السابق جـ ١ ص ٢٥٨ .

(٣) ـ اميل . جان جاك روسو ، ترجمة نظمي لوقا . الشركة العربية للطباعة والنشر القاهرة ١٩٥٨ م ص ٢١٣ .

(٤) كتاب التربية . كانط ، ترجمة الشيخ طنطاوي جوهري ، المطبعة السلفية ، القاهرة ١٣٥٥ هـ ص ٨٩ .

نسميه ضميراً إن هذا الضمير أو الذمة أو شرف النفس كل هذه أسماء لمسمى واحد يدفعنا ويحثنا على أن نوجه أعمالنا لتكون على مقتضاه﴾[١] ويقول الدكتور عادل العوا : « الوجدان شعورنا الغريزي بالخير والشر من قبل أية دراسة أخلاقية »[٢]. وقد عبر عنه الإسلام بالقلب وأن هذا القلب يخبر الإنسان ما إذا كان ما يفعله موافقاً للأخلاق أو مخالفاً . فقال الرسول صلى الله عليه وسلم: «البر ما اطمأن إليه القلب واطمأنت إليه النفس، والاثم ما حاك في القلب وتردد في الصدر وإن افتاك الناس»[٣] ثم إن القلب يمرض أو ان الضمير يصيبه المرض والخلل كما يصيب أي جهاز آخر في الجسم ثم لا يستطيع أداء وظيفته كما إذا أصيبت العين فيصبح أعمى ، والقلب هنا ليس القلب الجسمي المادي المعروف وإنما القلب المعنوي الذي هو أساس الحياة الأخلاقية والروحية ولهذا شبه الرسول صلى الله عليه وسلم هذا القلب المعنوي بالقلب المادي ، كما أنه إذا فسد هذا الأخير تفسد حياة الجسم كله لأنه قلب الجسم كذلك إذا فسد القلب المعنوي تفسد الحياة الأخلاقية كلها ولهذا قال الرسول صلى الله عليه وسلم : « الحلال بين والحرام بين وبينهما مشبهات لا يعلمها كثير من الناس فمن اتقى الشبهات فقد استبرأ لدينه وعرضه ومن وقع في الشبهات كراعي يرعى الحمى يوشك ان يواقعه ألا وإن لكل ملك حمى ألا وان حمى الله في أرضه محارمه ألا وإن في الجسد مضغة إذا صلحت صلح الجسد كله واذا فسدت فسد الجسد كله ألا وهي القلب[٤] ولهذا فكما أن الحقيقة الأخلاقية في هذه الطبيعة الانسانية ليست وهماً

---

(١) المرجع السابق ص ٨٩ .

(٢) الوجدان . مرجع سابق ، للدكتور عادل العوا ص ٢٧ .

(٣) مسند الامام أحمد ، جـ ٤ ص.٢٢٨ مرجع سابق .

ب ـ صحيح مسلم . جـ ٤ ص ٤٥ .

(٤) فتح الباري بشرح البخاري كتاب الإيمان ، جـ ١ ، ص ١٣٤ مرجع سابق .

فكـذلك الأمـراض الأخلاقيـة ليست وهمـاً كـذلـك وإنمـا هي أمـراض كالأمراض الأخرى ، يقول هنا الدكتـور ألكسيس كارل العـالم الفرنسي الذي نال جائزة نوبل الدولية : «ليست الخطيئة وهماً إلا إذا اعتبرنا السل أو السرطان أو الجنون أوهاماً هي الأخرى ، وليس من العسيـر أن نفهم أن الخطيئة انتهاك إرادي أو غير إرادي لقوانين الحياة »[1] ولهذا أيضاً يعبـر عنهـا بعض العلمـاء الاجتمـاعيين بـالأمـراض الاجتمـاعيـة[2] . ثم إن الأمراض الأخلاقية ليست مجرد نوع من الأمراض أو من الأمراض النفسية بل هي أساس ومنبـع لجميع الأمـراض النفسية والاجتمـاعية ولكثيـر من الأمـراض العضويـة أيضاً . يقـول هنا الـدكتور ألكسيس كـارل : « فإن الإنسان لم يدرك بعد فداحة النتائـج التي تترتب على الخـطيئة . فكـل خطيئة تؤدي إلى اضطرابات عضوية أو عقلية أو اجتماعية وهي اضطرابات لا يمكن علاجها على وجـه العموم ، وإذا كـانت التوبـة لا تشفي تـلف الأنسجة لدى السكير أو الأمراض العصبية لدى أولاده فـإنها تعجـز أيضاً عن إصلاح الاضطرابات الناجمة عن الحسد والإسراف الجنسي والغيبة والنميمة والبغضاء . كما أنها لا تبدل الشقاء عن الشـواذ الذين يـولدون لأبويين مصابين بالعيوب. فالخطيئة تؤدي إن عاجلاً أو آجلاً إلى التدهور والموت للجاني نفســه أو للوطن أو للنوع ، ولهذا يجب على كل فـرد أن يكون قادراً على التمييـز بين الخير والشـر[3] . هذه حقيقـة وصل إليهـا علماء النفس فيما بعـد ، إذ أنني من خلال دراستي لـلأمراض النفسيـة رأيت أن سـوء الأخلاق يلعب دوراً كبيـراً في إصابـة النـاس بـالأمـراض النفسيـة ، وأن علماء النفس ينصحـون باستمـرار بالحفـاظ على الصحة

---

(١) تأملات في سلوك الانسان ، دكتور ألكسيس كارل ، ص ٩٤ مرجع سابق .

(٢) علم النفس الاجتماعي ص ٣٢٤ . دكتور حامد عبـد السلام زهـران ، عالم الكتب . القاهرة ١٩٧٤ ص ٣٢٤ .

(٣) تأملات في سلوك الانسان ص ٩٥ . دكتور الكسيس كارل ، ص ٩٥ مرجع سابق .

النفسية والاستقامة والابتعاد عن الانحرافات الخلقية ولهذا يقول : هادفيلد « إن كل مرض نفسي ينطوي على نقص خلقي »(١) ثم إن ألم هذه الأمراض قد يكون أشد من الآلام الجسمية ولهذا يقول هنا الدكتور عادل العوا في هذا الصدد : « أما عذاب الوجدان أو وخز الضمير وتأنيبه فهو ألم معنوي ينتج عن تصور شر وقع،والإنسان مسؤول عنه إنه هو الذكرى التي تعض قلب المجرم ولا تفارقه ليل نهار»(٢) ومن قبل أكد ذلك سقراط إذ قال بعد أن بين أن ارتكاب الشر أكثر الأمور ضرراً بالنفس: « فالمجرم دائماً أشقى من ضحيته وأن من يكون مجرماً ولم يعاقب على جرمه يكون أشقى الناس»(٣) وقال أيضاً : « فإن أسعد الناس هو ذلك الذي تخلو نفسه من الضرر لأن ضرر النفس أفدح الأضرار »(٤) ويؤكد ذلك جان جاك روسو أيضاً بقوله : « ان الشر الخلقي والألم المعنوي من صنعنا بغير جدال أما الألم الجسدي والشر البدني فلا يمكن أن يقام لهما وزن لولا رذائلنا التي تجعلنا نحمي تلك الآلام »(٥) وأخيراً يقول سير رتشرد لفنجستون وكيل جامعة اكسفورد سابقاً : « إن الحياة لا معايير خلقية لها هي من بين جميع ألوان الحياة أعظمها حقارة وجدباً وهي مريرة الوخز في حنايا الضلوع حتى وإن كانت حلوة المذاق للشفاه »(٦) .

ولهذا نرى الإسلام قد حدد أبعاد الطريق بكل دقة ، الطريق المستقيم إلى السعادة في هذه الدنيا ولهذا قال تعالى : ﴿ أفمن يمشي

(١) الفلسفة الخلقية ص ٤٦٨ مرجع سابق .
(٢) الوجدان ص ٥٧ مرجع سابق .
(٣) محاورة جورجياس ص ٨٣ مرجع سابق .
(٤) المرجع السابق ص ٨١ .
(٥) اميل ص ٢١٢ مرجع سابق .
(٦) التربية لعالم حائر ص ١٧ مرجع سابق .

مكبـاً على وجهه أهـدى أم من يمشي سـوياً على صـراط مستقيم ﴾[١] مستقيم لأن فيـه طريق الفـلاح والسعادة في الـدنيا والآخـرة ﴿قـد أفلح المؤمنـون الـذين هم في صـلاتهم خـاشعـون * والـذين هم عن اللغـو معرضون والذين هم للزكاة فاعلون والذين هم لفروجهم حافظون إلا على أزواجهم . . . والـذين هم لأماناتهم وعهـدهم راعـون . . . أولئـك هم الوارثون الذين يرثون الفردوس هم فيها خالدون ﴾[٢] .

خامسًا : الاهتمام بالحياة الروحية بمعناها الواسع والشامل

تقوم الحياة الروحية على أساس الإيمان بالجزاء العادل في الآخرة ثم الإيمان بالقيم قيم الحق والخير والجمال، وبالإيمان بـوجود عـالم روحي مقابل العالم المادي وأن الانسان يجب أن يعيش في العالمين يعيش في عالم الروح بروحه وبعـالم المادة بجسمـه فيأخـذ غذاءه الـروحي بعبادة خالقه خالق هذا العالم وخالق هذه النعم لسعادة الانسان ومتعته .

ذلك أن الحياة الروحية تجعـل الإنسان يعيش في عـالم أوسع من عالم المادة تجعله يعيش في السماء كما يعيش في الأرض وكلمـا كانت آفـاق الحياة أعم وأشمـل كان ذلـك أكثر انتعـاشاً وأكثـر بهجـة ، ثم إن الإنسان خلق لعالم أوسـع من عالم المـادة وليس كالحيـوان الذي خلق للحياة المادية فقط ؛ ولهذا لمـا حصرت الحضـارات الماديـة الحياة في الحياة المادية فقط، فقد ضاق الانسان منها وظهرت الأمراض الروحيـة ؛ لأن الروح قد هضم حقها وحرمت من غذائها فأصيبت بمرض ، وظهرت آثار هذا المرض في حياة الناس . يعبر الـدكتور ألكسيس كـارل عن هذه

---

(١) سورة الملك ٢٢ .

(٢) سورة المؤمنون ١ ـ ١١ .

الحقيقة في الحياة المادية في المدنية الغربية بقوله : « من الغريب أن الإنسان الحديث قد استبعد من الحقيقة الواقعية كل عامل نفسي وروحي ، وبنى لنفسه وسطاً مادياً بحتاً غير أن هذا العالم لا يلائمه قط بل نراه يصاب فيه بالانهيار . . فالعالم الحديث يبدو لنا كالثوب المفرط في الضيق بمجرد أن يطبعه مذهب الحرية الفردية او المذهب الماركسي بطابعه ، ومما لا يقبله العقل أن يصبح الواقع الخارجي أضيق من أن يشمل الإنسان في كليته وألّا يكون تركيبه متفقاً مع تركيبنا من بعض الوجوه فمن الحكمة إذن أن نجعل لعالم الروح الموضوعية نفسها لعالم المادة»[1] . ويقرر ذلك أيضاً سير رتشرد لفنجستون قائلاً : « إننا نعيش جميعاً في عالمين في العالم العادي اليومي الذي يتغير في كل عصر بتقدم الحضارة المادية وفي عالم روحي . . وهذا العالم الروحي هو عالم القيم ولو أننا ضحينا به على مذبح العلوم أو الاقتصاديات أو الاجتماعيات أو أي شيء آخر ، لكان في ذلك هلاكنا مثلنا في ذلك كمثل من يحذف الفيتامينات من طعامه »[2] وكذلك يقرر ذلك ألبرت اشفيتسر عندما يتكلم عن الحضارة المادية الحديثة وكيف أنها أصبحت ضد الحياة السعيدة فيقول : « نحن نعيش اليوم في ظل انهيار الحضارة وهذا الوضع ليس نتيجة الحرب إنما الحرب مجرد مظهر من مظاهره ولقد تجمد الجو الروحي في وقائع فعلية ينعكس أثرها عليها انعكاساً له نتائج مدمرة من كل ناحية»[3] .

ثم إن الحياة الروحية لا تقتصر ضرورتها لمجرد احتفاظ الإنسان بكيانه وحياته بل إن هذه الحياة تضفي على حياة الإنسان البهجة والسرور

---

(١) تأملات في سلوك الانسان ص ١٧٣ - ١٧٤ مرجع سابق .

(٢) التربية لعالم حائر ص ٤٦ مرجع سابق .

(٣) فلسفة الحضارة ، البرت اشفيتسر ، ترجمة د . زكي نجيب محمود ، الهيئة العامة للكتاب ، القاهرة ١٩٦٣ م ص ١١ .

والانشراح والطمأنينة. يقرر ذلك أيضاً الدكتور ألكسيس كارل بقوله: «إن عاطفة الحاسة الخلقية والحاسة الجمالية وحاسة التقديس هي التي تجلب لنا القوة والبهجة وهي التي تهب الفرد قدرة الخروج من نطاق نفسه والاتصال بالآخرين وحبهم والتضحية من أجلهم »[١].

ولهذا كله نرى الإسلام قد اهتم بالحياة الروحية ومن مظاهر هذا الاهتمام أوجب على كل فرد واجبات من العبادات المختلفة من الصلاة والصوم والحج والزكاة وحث على الاستزادة من نوعها لأنها غذاء الروح كما خلق الله أنواعاً من الأغذية المختلفة لحاجة الجسم إليها وليتمتع بها عباده ؛ ولهذا فإن ما جاء به الإسلام من المبادىء الأخلاقية والروحية وغيرها كان يكفي لشفاء الحالات المرضية الانسانية وعلاجها، ولهذا قال تعالى : ﴿ وننزل من القرآن ما هو شفاء ورحمة﴾[٢].

ويقول الإمام الفخر الرازي هنا : « اعلم أن القرآن شفاء من الأمراض الروحية وشفاء أيضاً من الأمراض الجسمية »[٣] وأحب أن أضيف هنا أنه ليس معنى الشفاء في الآية أنه علاج كيماوي ينبغي أن يستخدم في علاج كل الأمراض ولا تبحث لها أدوية أخرى خارج القرآن كما يفهمه الجهال ، وإنما معناه أن القرآن جاء بمبادىء للوقاية من الأمراض النفسية والروحية والأخلاقية والعقلية والجسمية كما بينا وأن من يطبق تلك المبادىء الوقائية ينجُ من تلك الأمراض بإذن الله .

ولهذا كله فإذا نحن قومنا الإسلام من حيث كونه نظاماً للحياة

---

(١) تأملات في سلوك الانسان ص ١٦١ مرجع سابق .

(٢) سورة الاسراء ٨٢ .

(٣) ـ التفسير الكبير . الفخر الرازي ، المطبعة المصرية ، القاهرة ١٩٣٣ م ، جـ ٢١ ص ١٦١ مرجع سابق .

الإنسانية وأدركنا قيم هذا النظام من جميع النواحي، علمنا عندئذ أنه يرسم للبشرية خير طريق للسعادة، وأن الذي يسير في حياته في هذا الطريق الذي رسمه الإسلام لا يضل في هذه الحياة ولا يشقى، لهذا قال تعالى: ﴿قد جاءتكم موعظة من ربكم وشفاء لما في الصدور﴾[١] وقال ايضاً: ﴿ فإما يأتينكم مني هدى فمن اتبع هداي فلا يضل ولا يشقى﴾[٢].

---

(١) سورة يونس ٥٧.

(٢) سورة طه ١٢٣.

خاتمة

وبعد هذه الجولة السريعة حول الآراء والأفكار في السعادة والطريق إليها ، وبعد تحديد مفهوم السعادة وشروط تحقيقها ومعالم طريقها حسب ما انتهيت إليها بعد دراسة وبحث وتجربة . . بعد ذلك كله أنهي هذا البحث الموجز على النحو السابق .

وسبب إخراج هذا البحث موجزاً بهذه الصورة في هذا الموضوع هو إيماني بأن قيمة البحث لا تقاس بالكم بقدر ما تقاس بالكيف ، وخاصة في مثل هذه الموضوعات العامة التي تهم كل إنسان ، إذ يود المرء أن يكوّن فكرة ولو موجزة في مثل هذا الموضوع عن آراء واتجاهات المفكرين والدارسين كما يود أن يعرف رأي الكاتب ، وما وصل إليه نتيجة دراسته وبحثه وتجاربه .

ولهذا أيضاً حاولت أن أضع دراستي وبحثي بإيجاز ووضوح . .
والله أسأل أن ينفع به ، وأدعو الله التوفيق والسداد . . .

المؤلف

مراجع البحث

(أ)

١ ـ الاتجاه الأخلاقي في الاسلام، دراسة مقارنة ، مقداد يالجن ـ مطبعة الخانجي بالقاهرة ١٩٧٣ م .

٢ ـ آثار الخمور في الحياة الاجتماعية ، د . أحمد غلوش ، جامعة الدول العربية ، القاهرة ١٩٥٧ م .

٣ ـ الآثار الفلسفية لـ (ليبنيتز) ـ بول جانه ـ باللغة الفرنسية ـ مطبوع في فرنسا ـ باريس ١٩٠٠ م .

Oeuvers philosophiques de Leibniz par Paul Janet Paris 1900 .

٤ ـ آراء أهل المدينة الفاضلة ، للفارابي ، مطبعة صبيح ـ بدون تاريخ الطبع .

٥ ـ أسس الصحة والحياة : د . عبد الرزاق الشهرستاني ، مطبعة الآداب ، النجف ١٩٧١ م .

٦ ـ الأسفار المقدسة : د . علي عبد الواحد وافي ، مكتبة نهضة مصر القاهرة ط ١ ، ١٩٦٤ م .

٧ ـ أصول علم النفس : د . أحمد عزت راجح ، المكتب المصري ، الاسكندرية ط ٧ ، ١٩٧٣ م .

٨ - أفلاطون : ترجمة محمد حسن ظاظا ، الهيئة المصرية العامة للكتاب ، القاهرة ١٩٧١ م .
٩ - الأمراض النفسية العصابية : د . عزيز فريد ، الشركة العربية للطباعة والنشر - القاهرة ، بدون تاريخ .
١٠ - اميل : جان جاك روسو ، ترجمة د . نظمي لوقا ، الشركة العربية للطباعة والنشر ، القاهرة ١٩٥٨ م .
١١ - الإنسان ذلك المجهول : د . ألكسيس كارل، ترجمة أنطوان العبيدي ، دار الكتاب المصري ، القاهرة بدون تاريخ .
١٢ - الإنسان معجزة الخلق : د . جان فرج جودة ، مكتبة الأنجلو المصرية القاهرة ١٩٧٢ م .

(ب)

١٣ - البيت الاسلامي كما ينبغي أن يكون : مقداد يالجن ، طبعة دار الهلال ، الطبعة الأولى ، القاهرة ١٩٧٢ م .

(ت)

١٤ - تأملات في سلوك الانسان : د . ألكسيس كارل ، ترجمة د . محمد القصاص مكتبة مصر ، القاهرة بدون تاريخ .
١٥ - التاج الجامع للأصول في أحاديث الرسول : الشيخ منصور علي ناصف ، مطبعة عيسى البابي الحلبي ، القاهرة ١٩٦١ م .
١٦ - تحفة الأحوذي بشرح الجامع الترمذي ، للامام الحافظ أبي علي محمد بن عبد الرحمن المباركفوري ، تحقيق عبد الوهاب عبد اللطيف ، المكتبة السلفية ، المدينة ١٩٦٧ م .
١٧ -.التربية لعالم حائر : سير رتشرد لفنجستون ، ترجمة وديع الضبع ، مكتبة النهضة المصرية ، ١٩٤٨ م .

١٨ ـ التفسير الكبير : الامام الفخر الرازي ، المطبعة المصرية ، القاهرة ١٩٣٣م .
١٩ ـ التصوف طريقة وتجربة ومذهباً : د . محمد كمال إبراهيم جعفر ، دار الكتب الجامعية ، القاهرة ط ١ .
٢٠ ـ تهذيب الأخلاق : لابن مسكويه ، مطبعة صبيح القاهرة ١٩٥٩ م .

(ج)

٢١ ـ الجامع الصغير : الامام السيوطي ، الناشر عبد الحميد أحمد حنفي القاهرة ١٩٥٤ م .
٢٢ ـ جمهورية أفلاطون : ترجمة نظلة الحكيم ، دار المعارف ط ٢ ، القاهرة ، بدون تاريخ .

(ح)

٢٣ ـ حياتنا الجنسية : د . فريدريك كوهن ، بيروت ترجمة د . جان بالزلي بدون تاريخ .

(ر)

٢٤ ـ الرسائل في الأخلاق : ديكارت ، ترجمه إلى اللغة التركية محمد قرصان ، مطبعة وزارة التربية والتعليم : اسطنبول بدون تاريخ الطبع .
٢٥ ـ رسالة في السعادة : ابن سينا ، مخطوط بمكتبة الأزهر العامة برقم ٨٣١ القاهرة .
٢٦ ـ الرسالة القشيرية : الامام القشيري ، مكتبة صبيح ، القاهرة ١٩٦٦ م .

(س)

٢٧ ـ سنن ابن ماجه : الحافظ أبو عبد الله محمد بن يزيد القزويني تحقيق محمد فؤاد عبد الباقي، دار إحياء الكتب العربية ، القاهرة ١٩٥٢ م .

٢٨ ـ سنن النسائي : الامام عبد الرحمن بن شعيب النسائي ، نشر مصطفى البابي الحلبي ، القاهرة ١٩٦٤م .

٢٩ ـ سيكولوجية الشذوذ النفسي عند الجنسين : سيجمند فرويد ، ترجمة فؤاد ناصر ، دار منشورات أحمد ومحيو بيروت ط ٤ ، بدون تاريخ .

(ص)

٣٠ ـ الصحة المدرسية والتربية الصحية : د . مصطفى فهمي ، و د . إبراهيم ميساك ود. مختار الشريف ، وزارة التربية والتعليم.القاهرة ١٩٦٣ م .

٣١ ـ الصحة النفسية : د. مصطفى فهمي ، مكتبة الخانجي القاهرة ١٩٧٦ م .

٣٢ ـ صحيح مسلم : الإمام أبو الحسين مسلم بن الحجاج ، تحقيق الشيخ عبد الباقي ، نشر عيسى البابي الحلبي القاهرة بدون تاريخ .

٣٣ ـ صحيح مسلم بشرح النووي : المطبعة المصرية ، القاهرة بدون تاريخ .

(ع)

٣٤ ـ عش مرحاً تعمر طويلاً : جيلورد هوزر . ترجمة محمد فتحي ، مكتبة الخانجي القاهرة .

٣٥ ـ علم الأخلاق إلى نيكوماخوس : أرسطو ، ترجمة أحمد لطفي السيد ، دار الكتب المصرية ، القاهرة ١٩٣٤ م .

٣٦ ـ علم النفس الاجتماعي : د . حامد عبد السلام زهران ، عالم الكتب القاهرة ١٩٧٤ م .
٣٧ ـ علم النفس أسسه وتطبيقاته التربوية : د . عبد العزيز القوصي ، مكتبة النهضة المصرية ، القاهرة ١٩٧٠ م .
٣٨ ـ العلاج النفسي : حامد عبد القادر ، دار إحياء الكتب العربية القاهرة ، بدون تاريخ .

(ف)

٣٩ ـ فتح الباري بشرح البخاري : الحافظ شهاب الدين أبو الفضل العسقلاني مطبعة مصطفى البابي الحلبي ، القاهرة ١٩٥٩ م .
٤٠ ـ فلسفة الحضارة : ألبرت اشفيتسر ، ترجمة د . زكي نجيب محمود ، الهيئة العامة للكتاب ، القاهرة ١٩٦٣ م .
٤١ ـ الفلسفة الخلقية : د . توفيق الطويل ، دار النهضة العربية القاهرة ١٩٦٧ م .
٤٢ ـ في الدين المقارن : د . محمد كمال إبراهيم جعفر ، دار الكتب الجامعية القاهرة ١٩٧٠ م .

(ك)

٤٣ ـ كتاب التربية : كانط ، ترجمة الشيخ طنطاوي جوهري ، المطبعة السلفية ، القاهرة ١٣٥٥ هـ .
٤٤ ـ كشف الخفاء ومزيل الإلباس : إسماعيل محمد العجلوني ، مكتبة التراث الاسلامي ـ حلب ، ودار التراث الاسلامي القاهرة ـ بدون تاريخ .

(ل)

٤٥ ـ لمحات في وسائل التربية الاسلامية وغايتها : د . محمد أمين المصري ، دار الفكر، بدون تاريخ .

٤٦ ـ محاورة جورجياس : أفلاطون ، ترجمة محمد حسن ظاظا ، الهيئة المصرية العامة للتأليف والترجمة والنشر ، القاهرة ١٩٧١ م .
٤٧ ـ محي الدين بن عربي وليبنيتز : د . محمود قاسم ، مكتبة القاهرة الحديثة ١٩٧٢ م .
٤٨ ـ المذاهب الأخلاقية : د . عادل العوا ـ مطبعة جامعة دمشق ـ ط ٢ ١٩٦٩ م .
٤٩ ـ مذهب المنفعة العامة في فلسفة الأخلاق : د . توفيق الطويل ، مكتبة النهضة المصرية ، القاهرة ١٩٥٣ م .
٥٠ ـ المرشد الطبي الحديث : قام ببحوثه مجموعة من الأطباء ، المكتبة الحديثة بيروت ، ومكتبة النهضة بغداد ، بدون تاريخ .
٥١ ـ المستدرك على الصحيحين في الحديث : الحاكم النيسابوري ، مكتبة النصر الحديثة بالرياض ١٩٦٨ م .
٥٢ ـ المشكلة الأخلاقية : د . زكريا ابراهيم ، مكتبة مصر ، القاهرة ١٩٦٩ م .
٥٣ ـ الملل والنحل : الشهرستاني ، مصطفى البابي الحلبي ، القاهرة ١٩٦٧ م .
٥٤ ـ منبعا الأخلاق والدين : هنري برجسون ، ترجمة سامي الدروبي ، مكتبة نهضة مصر ، القاهرة ١٩٤٥م .
٥٥ ـ منتخب كنز العمال في هامش مسند الإمام أحمد ، المطبعة الميمنية بمصر ، القاهرة ط ١ ، ١٣١٣هـ .
٥٦ ـ الموسوعة الفلسفية المختصرة : دار القلم ، بيروت ، بدون تاريخ .
٥٧ ـ ميزان العمل : الإمام الغزالي ، مكتبة الصبيح ، القاهرة ، ١٩٦٣ م .

(هـ)

٥٨ ـ هداية الباري إلى ترتيب أحاديث البخاري : عبد الرحمن عنبر الطهطاوي مطبعة السعادة ، القاهرة ١٣٢٩ هـ .

(و)

٥٩ ـ الوجدان : د . عادل العوا ، مطبعة جامعة دمشق ، ١٩٦١ م .

الفهرس

مقدمة ٥
الفصل الأول : الاتجاهات العامة في السعادة والطريق اليها ١١
أولاً : الاتجاه الروحي ١٣
ثانياً : الاتجاه المادي ١٦
ثالثاً : الاتجاه العقلي ١٧
رابعاً : الاتجاه الاسلامي ١٩
الفصل الثاني : ماهية السعادة وشروط تحقيقها ٢١
أ ـ ماهية السعادة وحقيقتها ٢٣
ب ـ شروط تحقيق السعادة ٢٣
أولا : تحقيق الإحساس الدائم بخيرية الذات ٢٣
ثانياً : تحقيق الإحساس الدائم بخيرية الحياة ٢٧
ثالثاً : تحقيق الإحساس الدائم بخيرية المصير ٤٤
الفصل الثالث : المعالم العامة على طريق السعادة ٤٧
أولا : امتلاك قوة الإرادة أو قوة الشخصية ٤٩
ثانياً : تكوين حياة اجتماعية سعيدة ٥٠
ثالثاً : تكوين حياة متكاملة ومتوازنة ٥١
رابعاً : تنظيم الحياة في ضوء القيم الثابتة ٥٢
خامساً : الاهتمام بالحياة الروحية بمعناها الواسع الشامل ٥٧
الخاتمة : ٦١

صدرت إجازة هذا الكتاب من وزارة الاعلام رقم ٢٨١٦/م بتاريخ ١٤٠٧/٦/١٠ هـ

مطابع البكيرية ت ٤٧٨٩٣٣٢